

Communiqué

Paris, 10 avril 2008

Le jeudi 10 avril, l'Institut Français pour la Nutrition (IFN) organise une conférence pour faire le point sur les interactions entre aliments et médicaments, trop souvent négligées ou méconnues. Avec le Pr Bruno Lacarelle, CHU de la Timone, Marseille.

Les interactions aliments-médicaments sont potentiellement nombreuses. Si dans la majorité des cas, l'alimentation n'a pas d'effet cliniquement significatif, quelques interactions sont néanmoins à prendre en compte, soit pour améliorer l'efficacité des traitements ou leur tolérance, soit pour diminuer les risques d'effets adverses.

En effet, certains médicaments peuvent réagir chimiquement avec les nutriments contenus dans les aliments. Ceci peut par exemple conduire à la formation de complexes insolubles responsables de la diminution de l'absorption des médicaments et/ou des nutriments. Les interactions médicaments-aliments peuvent également se produire au niveau cellulaire influençant la pénétration des médicaments et des nutriments dans les cellules ou leur sortie.

Ainsi prendre un médicament à jeun ou en mangeant peut modifier la réponse à certains traitements. La nature du régime (riche ou pauvre en protéines et/ou en graisses et/ou en fibres) a également un impact. Des interactions spécifiques médicaments-aliments (jus de pamplemousse, aliments riches en vitamine K...) ont parfois des conséquences cliniques. L'alimentation et en particulier certains aliments sont susceptibles d'augmenter ou de diminuer la résorption de médicaments.

L'interaction la plus souvent décrite concerne le jus de pamplemousse. Ce jus de fruit contient en effet des substances qui augmentent les concentrations plasmatiques de médicaments tels que la ciclosporine, certaines statines ou certains inhibiteurs calciques, ce qui peut se traduire par une diminution de la tension artérielle ou une augmentation du risque d'effets adverses.

D'autres aliments pourraient augmenter le métabolisme intestinal de certains médicaments ; l'ail par exemple diminuerait les concentrations plasmatiques de saquinavir. Les viandes et poissons fumés peuvent par leur effet inducteur enzymatique augmenter le métabolisme de médicaments tels que la théophylline et diminuer leur concentration plasmatique et donc leur efficacité.

Certains médicaments peuvent entraîner des carences alimentaires notamment en vitamines. En absence de corrections, ces déplétions peuvent avoir des conséquences cliniques.

Les antibiotiques, en modifiant la flore intestinale, peuvent diminuer la production de vitamines B (B1, B2, B6, B12) ou diminuer la disponibilité de l'acide folique.

Les diurétiques ou les inhibiteurs de l'enzyme de conversion peuvent augmenter l'élimination rénale du zinc. Les antipsychotiques augmentent les besoins en vitamine B2. La metformine peut diminuer l'absorption de la vitamine B12 et un apport alimentaire de cette vitamine peut être utile.

Même si ces interactions sont connues, car étudiées au cours du développement de nouveaux médicaments, et répertoriées, elles sont parfois négligées. Pourtant il est essentiel d'informer les patients sur les aliments à éviter ou au contraire sur l'importance de prendre les traitements au cours ou en dehors des repas. Tous les acteurs de santé se doivent de participer à cette information.

Contact presse :

Morgane Guirriec - 01.45.00.92.50 - guirriec@ifn.asso.fr