

# vitamine

lecture vitaminée pour les professionnels de l'automédication

3/2024



## A la recherche de principes actifs

### Bilan réjouissant!

Les premiers résultats des autoévaluations DrogoThèque sont disponibles.

### Préparations individuelles

Interview des fondatrices de Mixtura, qui parlent de leur concept de droguerie innovant.

### Tout sur les pieds

15 questions et réponses sur les pieds plats, les sandales et autres Birkenstock...

8



## A la recherche de principes actifs végétaux

Différents groupes de recherche étudient les plantes pour trouver de nouveaux principes actifs. Aperçu de la recherche de nouvelles substances végétales et de ce qu'elle peut apporter.

14



## La pandémie silencieuse

Pour lutter contre les bactéries malgré la progression de l'antibiorésistance, il faut de nouveaux antibiotiques. Des scientifiques présentent différentes approches et idées qui mènent à de nouveaux principes actifs.

18



## Priorité aux plantes et aux matières premières

Désirée Schmid et Anna-Vera Hatt ont créé la droguerie start-up Mixtura. Elles expliquent pourquoi elles se sont spécialisées dans la fabrication individuelle de médicaments naturels.

### Impressum vitamine

**Editeur** Association suisse des droguistes, Rue Thomas-Wyttenbach 2, 2502 Bienne, Téléphone 032 328 50 30, info@drogistenverband.ch

**Distribution** vitagate sa, Rue Thomas-Wyttenbach 2, 2502 Bienne  
 Direction: Heinrich Gasser, h.gasser@vitagate.ch  
 Responsable Ventes: Tamara Freiburghaus, t.freiburghaus@vitagate.ch  
 Annonces: Tamara Freiburghaus, Marlies Föhn, Janine Klaric, inserate@vitagate.ch  
 Abonnements et distribution: Valérie Rufer, vertrieb@vitagate.ch

### Rédaction

Direction de l'édition: Heinrich Gasser, h.gasser@vitagate.ch  
 Rédactrice en chef: Céline Jenni, Chefredaktorin, c.jenni@vitagate.ch  
 Ont collaboré à la rédaction de ce numéro: Adrian Ritter, Barbara Halter, Jasmin Weiss  
 Conseils spécialisés: Anita Finger Weber  
 Traduction: Claudia Spätig, Marie-Noëlle Hofmann  
 Couverture: stock.adobe.com/dasom

### Production

Layout: Claudia Luginbühl  
 Impression: Courvoisier-Gassmann SA, Bienne

5<sup>e</sup> année: paraît 5x par an

© 2024 - vitagate sa, Rue Thomas-Wyttenbach 2, 2502 Bienne

## 4 Evaluation DrogoThèque

Les drogueries se sont autoévaluées. Malgré de bons résultats globaux, il existe encore un potentiel dans le domaine des prestations.

## 25 Nouvelle collaboration

swidro propose aux membres de Nux Sana une collaboration en matière d'achats, laquelle offre des avantages stratégiques aux deux groupements.



Magazine officiel de l'Association suisse des droguistes et média d'Employés Droguistes Suisse

# 32



## Des injections minceur

Les nouveaux amincissants injectables font le buzz. Mais si l'on parle beaucoup de leurs supposés effets sur la perte de poids, on oublie souvent d'évoquer leur mode d'action et leurs risques.

**26 Des pieds en santé**  
Réponses à 15 questions concernant les pieds et les soins dont ils ont besoin pour rester sains.

**38 Employés Droguistes Suisse**  
L'assurance de protection juridique présente moult avantages et peut aider en cas de litiges ou de procédures juridiques.

**39 Marché de l'emploi**  
Avec lien vers les offres d'emploi actuelles en ligne.



## Une recherche laborieuse

L'antibiorésistance progressant dans le monde entier, il est de plus en plus difficile de soigner les infections bactériennes. Et lutter contre cette pandémie silencieuse est plus vite dit que fait. Différentes mesures ont déjà été prises, tant dans l'agriculture que dans la médecine humaine et vétérinaire. Mais il faut des innovations pour prévenir, tant que faire se peut, la formation de résistances. Des idées non conventionnelles émergent certes, mais l'argent manque souvent pour rechercher et développer de nouveaux antibiotiques. Des risques élevés pour la recherche, des bénéfices minimes – les perspectives n'ont pas de quoi motiver l'industrie pharmaceutique à investir dans la recherche de nouveaux antibiotiques.

Mais il y a quelques lueurs d'espoir: l'intelligence artificielle est une aide importante pour découvrir des substances prometteuses et les approches alternatives, comme avec des bactériophages, des probiotiques ou des immunomodulateurs, ne se contentent pas de s'attaquer aux bactéries, mais visent aussi à renforcer le système immunitaire humain. Les plantes contiennent également de nombreuses substances antimicrobiennes pour se défendre contre les agents pathogènes. La recherche de nouveaux principes actifs végétaux présente de réels potentiels, et pas seulement contre l'antibiorésistance. Dans notre article de couverture, découvrez le parcours de la plante au principe actif et les difficultés inhérentes aux procédés d'extraction.

Nous vous souhaitons une intéressante lecture.

**Céline Jenni**, rédactrice en chef médias spécialisés,  
c.jenni@vitagate.ch

# De bonnes notes pour les drogueries

Depuis 2023, DrogoThèque constitue un outil d'autoévaluation qui permet aux drogueries de noter les différents secteurs de leur entreprise. Après une année, le bilan est réjouissant.

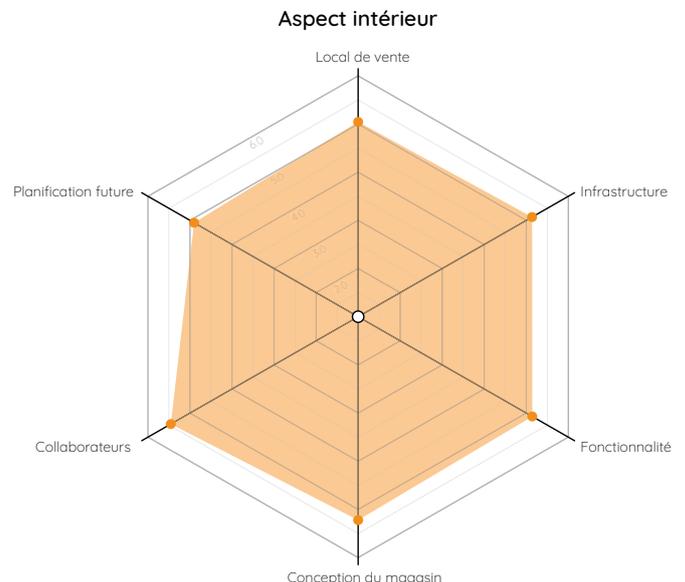
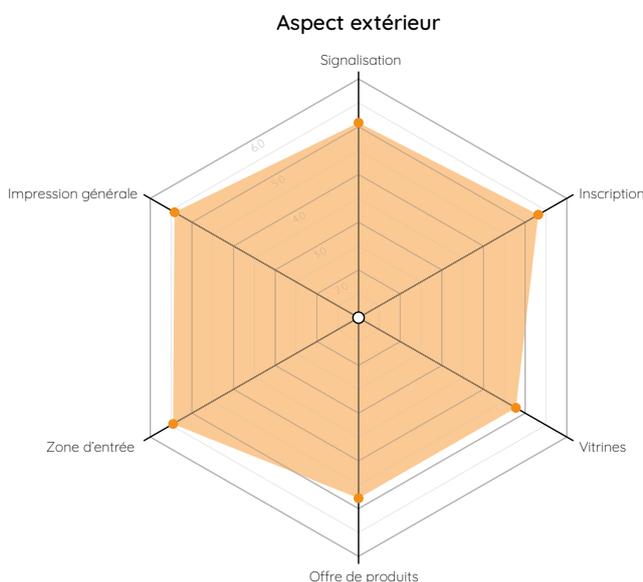
📄 Céline Jenni | 🗣️ Claudia Spätig

Initialement conçu comme un instrument de contrôle, le projet *DrogoThèque* est devenu un outil d'autoévaluation au fil des ans. *DrogoThèque* a été introduit en 1995, dans le cadre de «DrogoVision 2010». La branche s'était fixé comme objectif de passer du statut de magasin-épicerie-quincaillerie à celui de commerce spécialisé, adresse de référence pour la santé et la beauté. Chaque droguerie avait alors été visitée et contrôlée par des évaluatrices et évaluateurs *DrogoThèque* spécialement formés. *DrogoThèque* a constamment été actualisé, notamment par l'adaptation des critères d'évaluation. Au fil des actualisations, les visites sont passées du simple objectif d'évaluation à celui de conseil. La dernière version de *DrogoThèque* 4.0 a débuté au printemps 2023 et les premiers résultats des évaluations sont maintenant disponibles.

## Autoévaluation critique

Nouveauté du concept *DrogoThèque* 4.0: la possibilité pour les droguistes d'autoévaluer leur entreprise avec un outil informatique en lui attribuant des notes allant de 1 à 6. Le questionnaire comporte les domaines «Aspect extérieur», «Aspect intérieur», «Assortiment», «Prestations», «Positionnement» et «Entreprise». Chaque questionnaire permet en outre d'ajouter des remarques personnelles, ce qui rend possible la définition de mesures d'amélioration individuelles déjà durant l'évaluation. Au terme de l'évaluation, ces mesures d'amélioration sont indiquées comme pouvant servir de liste des choses à faire.

L'évaluation est représentée sous forme de diagramme en étoile, lequel met clairement en évidence les points forts et les



faiblesses de l'entreprise. Chaque droguerie peut aussi se comparer avec l'ensemble de la branche, pour mieux déterminer son positionnement. Les graphiques présentés dans cet article montrent la moyenne globale de la branche.

### Attribution de notes simplifiée

Les autoévaluations sont évidemment importantes pour mettre en évidence les forces et les faiblesses d'une entreprise. Mais elles peuvent aussi signaler des zones d'ombre. Porter un regard réaliste sur sa propre droguerie aide donc à identifier les domaines à développer. **Andrea Ullius**, responsable Politique et branche à l'ASD, est aussi persuadé de l'utilité de l'autoévaluation: «Une autoévaluation critique aide à déterminer le potentiel d'amélioration de sa propre droguerie.»

Or tous les commerces ont un potentiel d'amélioration.

Sur les 460 drogueries de Suisse alémanique, 225 ont déjà participé. En Suisse romande, elles sont 11 sur 25. Si c'est pour des raisons de temps qu'un groupement n'a pas participé, pour les autres drogueries, Andrea Ullius ne peut que supposer d'autres raisons.

### Evaluation par les directeurs et les propriétaires

88% des personnes qui ont participé étaient des droguistes dipl. ES, lesquels étaient aussi majoritairement directeur ou propriétaire. Pour assurer une bonne gestion de la qualité, il est important d'avoir de temps en temps l'apport d'un regard extérieur. Les précieux retours sur de potentielles améliorations ne peuvent pas venir



## Sérum Biphase Huile-en-Sérum anti-âge.

### 7 effets.

- 1 Hydrate intensément
- 2 Renforce la fermeté de la peau
- 3 Réduit la profondeur des rides
- 4 Augmente l'élasticité de la peau
- 5 Lisse la peau
- 6 Fortifie la barrière cutanée
- 7 Régénère

Ce puissant concentré biphase huile-en-sérum de Louis Widmer renforce l'effet détox sur les cellules. Il stimule le renouvellement cellulaire actif ainsi que la régénération de la peau. En combinaison avec Reforcy<sup>®</sup>-Aion et des huiles nourrissantes de haute qualité, le complexe de biostimulateurs combat les signes du vieillissement cutané grâce aux 7 effets.

COMPÉTENCE DERMATOLOGIQUE. EXCELLENCE COSMÉTIQUE. DEPUIS 1960.

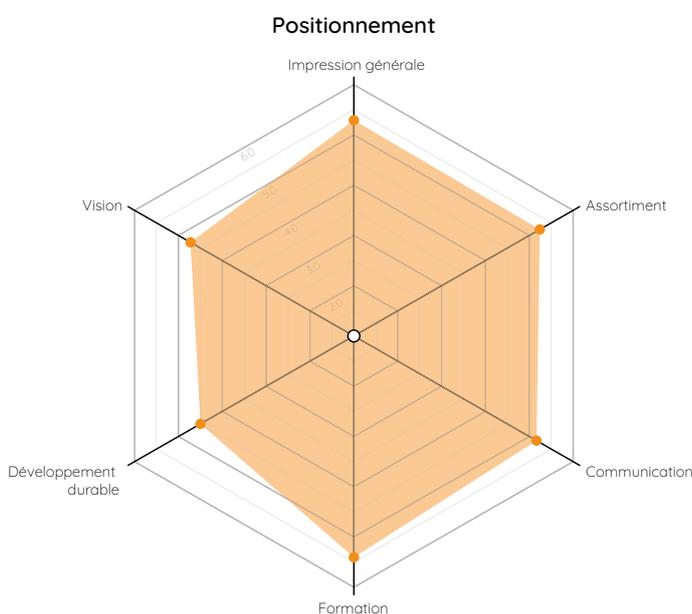
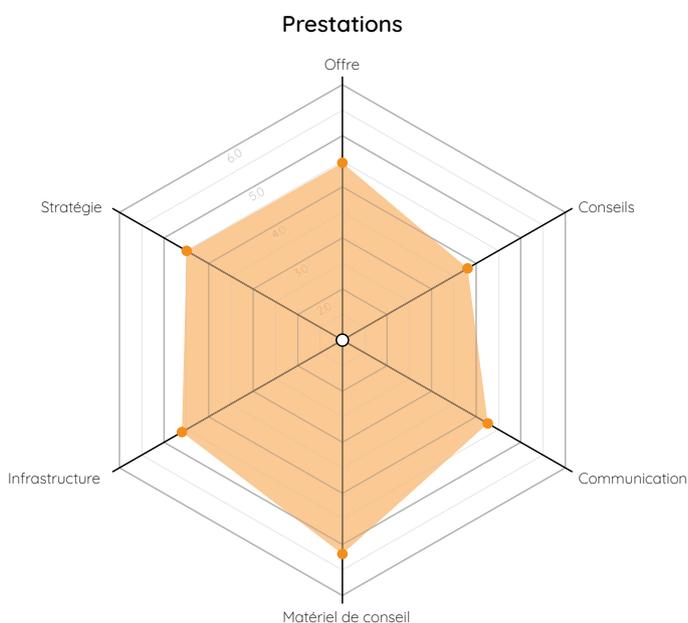
MADE IN SWITZERLAND 

Plus de détails 

 COMMITTED TO CARE.  
louis-widmer.com/wecare

que de la clientèle. Ils doivent aussi éma-  
ner des droguistes CFC ou des apprentis  
de l'entreprise. Près de deux tiers des per-  
sonnes qui ont participé aux évaluations  
étaient des femmes.

Le résultat donne une image globale-  
ment positive (voir graphiques). Les drogueries  
ont attribué de bonnes notes à la plupart  
des points concernant les aspects extérieur  
et intérieur. Les points «Assortiment» et  
«Entreprise» ont visiblement aussi obtenu  
de bonnes notes. Le potentiel d'améliora-  
tion semble essentiellement résider dans la  
durabilité au niveau du «Positionnement».



## Potentiel d'amélioration dans les prestations

Concernant les «Prestations», la branche  
offre un tableau assez différencié: une  
majorité s'attribue certes des notes entre  
4 et 5, estimant proposer des prestations  
intéressantes et y attacher beaucoup  
d'importance. Les stratégies concernant  
les prestations et le développement de ces  
stratégies sont aussi bien évalués. Mais  
parallèlement, ces prestations ne sont pas  
promues sur tous les canaux possibles.

Et beaucoup d'entreprises se sont attri-  
bué des notes insuffisantes concernant  
les consultations payantes, qui font partie  
du positionnement. «La plupart des dro-  
gueries ont du mal à demander une rému-  
nération pour leurs prestations», constate  
Andrea Ullius. Car, poursuit-il, «le com-  
merce est axé sur les produits depuis des  
décennies». Bon nombre de drogueries ont  
toutefois des plans pour intégrer les pres-  
tations payantes dans leur entreprise. «Il  
faut encore un peu de temps pour les réali-  
ser», estime notre interlocuteur. La plupart  
des drogueries peuvent déjà recourir à du  
matériel de conseil adapté et actuel ainsi  
qu'à des outils d'aide à la vente pour mettre  
en place des prestations payantes. 48% des  
participants ont effet attribué au matériel  
de conseil la belle note de 6 et plus de 95%  
des notes bonnes à très bonnes.

## Début du prochain cycle au printemps

Pour les entreprises, *DrogoThèque 4.0* est  
particulièrement intéressant et instructif  
quand l'autoévaluation se répète plusieurs  
années de suite. Cette continuité permet  
en effet de voir si les différentes mesures  
d'amélioration ont vraiment été réalisées,  
d'analyser leur impact et de voir si elles  
permettent d'obtenir de meilleures notes.  
«Le prochain cycle d'autoévaluation débu-  
tera ce printemps», annonce Andrea Ullius.  
Qui conclut qu'aucune adaptation majeure  
du questionnaire n'est prévue. ■



Représenter ebi-pharm  
auprès de notre clientèle,  
avec toute mon équipe,  
me remplit de fierté.

**Sonia Lemmenmeier**  
*Responsable du service  
externe OTC*



***Nous vivons  
la médecine complémentaire***

***ebi-pharm***

[www.ebi-pharm.ch](http://www.ebi-pharm.ch)



stock.adobe.com/Seventyfour



# Recherche de principes actifs

👤 Adrian Ritter | 👤 Claudia Spätig

Les plantes constituent depuis des siècles une base importante pour l'élaboration de médicaments. Mais comment rechercher et trouver des principes actifs végétaux? Les réponses d'universités et d'entreprises phytothérapeutiques.

Valériane, millepertuis, houblon, pétasite et mélisse: une trentaine de plantes forme la base avec laquelle l'entreprise Max Zeller Söhne SA, de Romanshorn (TG), fabrique ses médicaments phytothérapeutiques. Elle utilise surtout des extraits végétaux, autrement dit des mélanges de substances. «L'objectif est d'améliorer constamment nos extraits», explique le **D<sup>r</sup> Hendrik Bussmann**, responsable du développement de produits chez Zeller. Cela passe notamment par la culture d'une sélection de variétés à haut rendement pour améliorer le profil des composants et réduire, voire éliminer, les substances indésirables.

«Prendre comme base pour nos produits des plantes qui n'étaient pas utilisées jusqu'à présent pour leurs effets médicinaux reste une exception», précise Hendrik Bussmann. Car il faut d'abord caractériser les composants puis tester cliniquement, dans des études précliniques et cliniques, leur efficacité ainsi que leur tolérance et leur toxicité. «Le processus d'autorisation pour une telle 'New Herbal Entity' est très coûteux.»

En revanche, une procédure d'autorisation simplifiée est possible pour les plantes médicinales déjà décrites dans les monographies du comité pour les médicaments à base de plantes (HMPC) de l'Agence européenne des médicaments – l'essentiel étant alors la preuve de l'efficacité.

## De la racine à la feuille

Zeller vient d'entamer la procédure d'autorisation pour un produit destiné aux personnes souffrant du rhume des foins. Si seule la racine du pétasite s'utilisait jadis, il apparaît que les feuilles de la plante se prêtent bien au développement de nouveautés. Avantage: grâce à une nouvelle méthode développée par Zeller, les principes actifs efficaces peuvent être extraits de manière plus efficace et plus respectueuse de l'environnement. Parallèlement, les composants indésirables sont soigneusement éliminés. Comme les feuilles du pétasite n'étaient encore décrites dans aucune monographie, l'entreprise a dû procéder à de coûteuses études. Lesquelles ont permis de démontrer l'efficacité du pétasite contre le rhume des foins.

Les chercheurs de Zeller ont aussi remarqué que l'extrait de feuilles de pétasite n'est pas seulement anti-allergique mais agit aussi comme antiviral contre les refroidissements. En 2021, l'entreprise a donc commencé à chercher si ces extraits pouvaient aussi constituer un remède possible contre le Covid-19. «Le modèle cellulaire a montré une efficacité antivirale contre différents coronavirus», rapporte Hendrik Bussmann. Les recherches vont donc continuer et s'élargir à d'autres virus qui provoquent des infections des voies respiratoires.

## Deux approches pour un même but

«Notre approche est celle de la phytothérapie rationnelle, que nous considérons comme une partie de la médecine allopathique», explique Hendrik Bussmann. «Pour nous, il est donc important de connaître les composants contenus dans un extrait et de savoir lesquels sont responsables de l'effet sur la santé.» En plus de la recherche pratiquée dans son propre laboratoire, Zeller collabore aussi avec des universités spécialisées dans la recherche sur les végétaux. Parmi ces collaborations, on peut citer celle avec le groupe de recherche de biologie pharmaceutique du **professeur Robin Teufel**

## Une protection fiable et naturelle contre les tiques.



### L'homéopathie aide votre animal de compagnie.

Demandez à votre vétérinaire, votre pharmacie ou votre droguerie.



HERBAMED AG | 9055 Bühler | Switzerland | [www.herbamed.ch](http://www.herbamed.ch)

à l'Université de Bâle. Sur la base de mandats d'entreprises phytopharmaceutiques ou de ses propres projets de recherche, le groupe étudie les composants et les mécanismes d'action d'extraits spécifiques. Cette recherche sur les substances végétales sert aux deux principales approches de l'utilisation des plantes pour le bien de notre santé. Soit, comme dans le cas de Zeller, en les utilisant comme extraits avec le mélange de tous leurs principes actifs, soit en dissociant les composants identifiés efficaces des extraits pour en faire des substances pures, utilisées notamment pour fabriquer des comprimés. «Les deux voies ont leur raison d'être, de même que des avantages et des inconvénients», remarque Robin Teufel. «Les mélanges de principes actifs peuvent être utiles, car certaines substances ne déploient tous leurs effets que lorsqu'elles sont associées à tous les composants d'un extrait. À l'inverse, les substances pures peuvent être dosées de manière plus précise et plus élevée. De plus, certaines substances végétales sont toxiques et ne peuvent s'utiliser que seules. C'est notamment le cas d'un anti-cancéreux produit à partir du poison de l'if.»

## Une bibliothèque avec 3000 extraits

L'équipe de Robin Teufel dispose d'une bibliothèque avec près de 3000 extraits de 700 plantes différentes. Car les extraits d'une même plante peuvent parfois avoir des compositions très différentes, selon qu'ils proviennent des jeunes pousses, des feuilles, des pétales ou des racines. L'objectif des chercheurs bâlois est de représenter une large diversité de variétés dans leur bibliothèque. «Car on ne peut pas prévoir à l'avance quelle plante présentera un potentiel pharmaceutique particulièrement intéressant», explique Robin Teufel.

Outre les méthodes d'analyse en laboratoire, les connaissances traditionnelles ethnobotaniques sont aussi importantes pour la recherche de nouvelles substances. Il s'agit des connaissances transmises oralement sur les végétaux, utilisés comme plantes médicinales ou agricoles par l'homme. On dispose aujourd'hui de sources remontant au Moyen Âge. D'importants progrès technologiques ont été réalisés concernant les méthodes d'analyse. Aujourd'hui, les méthodes d'imagerie, de biologie moléculaire et de génétique sont devenues des standards de la recherche sur les végétaux. La recherche porte parfois sur les principes actifs

d'une plante intéressante et, d'autres fois, sur les moyens de traiter une maladie. «Nous cherchons surtout des principes actifs pour les maladies qui ne bénéficient pas encore de traitements efficaces ou dont les traitements actuels provoquent des résistances», poursuit Robin Teufel. Le cancer de la peau figure actuellement parmi les principaux sujets de recherche de son groupe.

## De la plante au principe actif

Le groupe spécialisé «Chimie en substances naturelles et phytopharmacie» de la Haute école des sciences appliquées de Zurich, à Wädenswil, recherche aussi des substances végétales qui pourraient être bénéfiques à la santé. La biotechnologue **D<sup>re</sup> Evelyn Wolfram** explique la méthodologie utilisée: une fois l'extrait d'une plante obtenu, on débute le contrôle de son efficacité. L'extrait fait notamment l'objet de tests dans des cultures cellulaires contenant des agents pathogènes. Cela donne les premiers indices sur l'efficacité de l'extrait sur ces pathogènes, selon qu'il les tue ou les inhibe. Suit alors une analyse pour déterminer quels composants de cet extrait présentent justement cet effet contre les pathogènes. L'analyse consiste d'abord à séparer les différents groupes de substances et à les tester dans des cultures de pathogènes. Les groupes sont ensuite divisés chimiquement en éléments isolés, lesquels sont testés à leur tour... jusqu'à l'identification du composant efficace. «Il s'avère alors souvent qu'il ne s'agit pas d'une molécule unique, mais de plusieurs substances qui agissent en même temps à différents endroits de l'organisme», souligne Evelyn Wolfram.

«La science a aussi pour tâche de déterminer si la solution réside dans l'utilisation d'un extrait ou d'une substance pure», poursuit la biotechnologue. Dans l'idéal, les technologies modernes permettent même de déterminer à quels récepteurs du corps ou à quel pathogène un principe actif se fixe. Ce qui constitue d'ailleurs la base de traitements ciblés en phytothérapie rationnelle.

## Les surfaces de culture se raréfient

À Wädenswil, les chercheurs travaillent aussi sur ces deux approches: recherches à partir d'une plante ou à partir d'une maladie. Le groupe tra-

vaille actuellement sur le Covid-19 et d'autres maladies infectieuses, ainsi que sur des principes actifs contre des bactéries antibiorésistantes et certaines maladies tropicales. «Si nous étudions l'utilisation d'une plante intéressante, nous devons aussi toujours nous demander si cette dernière peut bien se cultiver», précise Evelyn Wolfram. Car les surfaces de culture sont de plus en plus réduites, notamment en raison du changement climatique. Et, considérant le recul de la biodiversité, la récolte des plantes sauvages est aussi limitée.

## Principes actifs du labo

L'idée de produire des principes actifs végétaux grâce à la biotechnologie industrielle est donc des plus intéressantes. «On assiste actuellement à des progrès très rapides dans le domaine de la biotechnologie végétale. On pourrait donc produire ou même modifier davantage de principes actifs complexes dans un avenir proche. Ce qui permettrait par exemple d'améliorer de façon ciblée leur fixation aux récepteurs et donc leur efficacité dans le corps», avance Robin Teufel. Il est persuadé que la biotechnologie végétale va gagner de l'importance dans l'industrie pharmaceutique. Même si, par le passé, les entreprises pharmaceutiques sont plutôt passées des substances naturelles aux liaisons de synthèse. Notamment parce que ces dernières sont plus simples à travailler que les principes actifs végétaux. «Mais les résultats ont été très décevants. La diversité des composés chimiques est nettement moins élevée que celle des principes actifs naturels. Car ces principes actifs ont été sélectionnés au fil d'un très long processus d'évolution. Et justement parce qu'ils présentaient des effets positifs sur la vie de certaines plantes, notamment par leur action antimicrobienne. L'évolution donne donc une longueur d'avance aux substances naturelles en matière d'efficacité», constate Robin Teufel.

Jeter un œil plus attentif sur les trésors de la nature pourrait donc aussi s'avérer payant pour l'industrie pharmaceutique. Cependant, met en garde Evelyn Wolfram, la composition des principes actifs d'une plante peut aussi changer lors de la culture en laboratoire. «Il peut être inutile pour une plante cultivée en laboratoire de produire certaines substances de défense. Alors que ce serait justement ces substances qui pourraient être intéressantes pour les traitements», souligne Evelyn Wolfram.

## Les limites de l'innovation

Malgré les menaces qui pèsent sur la biodiversité, il est clair que seule une petite partie de l'immense diversité des plantes et des substances naturelles est aujourd'hui utilisée à des fins médicales. Et ce sont surtout des raisons de ressources qui limitent actuellement l'innovation. «On pense souvent qu'on peut utiliser une plante récemment découverte dans la forêt vierge du Brésil à des fins phytothérapeutiques, mais cela reste exceptionnel», remarque Hendrik Bussman de Zeller: «La recherche et l'obtention d'autorisations pour des plantes médicinales n'ayant encore jamais été utilisées demandent des efforts considérables et présentent un grand risque financier.»

Sans compter que des accords internationaux, comme la Convention sur la biodiversité, posent aussi des limites à de tels projets. Ainsi, le Protocole de Nagoya prévoit un partage juste et équitable des avantages découlant de l'utilisation des ressources génétiques – notamment pour les communautés autochtones.

Et ce n'est pas la seule raison pour laquelle il est irréaliste de songer à agrandir la bibliothèque des plantes de l'Université de Bâle. «Nous ne pourrions pas tout étudier en matière d'efficacité, notamment pour des raisons de coûts et de capacités. Ces prochaines décennies, il nous sera impossible de décrire toute la diversité des principes actifs de la nature», déplore Robin Teufel. Des efforts sont toutefois faits pour systématiser la recherche. Ainsi, l'institut Leibniz de biochimie végétale, à Halle (D), explore de nouvelles possibilités.<sup>1</sup> Sur l'île indonésienne de Java, les chercheurs ont inventorié près de 7500 sortes de plantes et ont analysé leurs principes actifs, en particulier contre les infections. Les chercheurs ont ensuite enregistré toutes les informations sur la génétique et le métabolisme de chaque plante dans une banque de données. Ils ont alors constaté que les principes actifs intéressants apparaissaient plus souvent dans certaines espèces végétales. Sur la base de leur répartition, les chercheurs ont pu localiser les régions les plus riches en principes actifs de l'île. Ce qui permet de faciliter la recherche de nouveaux principes actifs végétaux. Cela reste toutefois une activité complexe et qui nécessite beaucoup de ressources. Mais elle a effectivement un potentiel, comme le démontre l'histoire de la médecine. ■

Source:  
<sup>1</sup> Universität Leipzig:  
Grosse Artenvielfalt  
– viele Heilpflanzen.  
Accessed February  
1, 2024. [https://  
www.uni-leipzig.de/  
newsdetail/  
artikel/grosse-arten-  
vielfalt-viele-  
heilpflanzen-  
2020-05-12-1](https://www.uni-leipzig.de/newsdetail/artikel/grosse-arten-<br/>vielfalt-viele-<br/>heilpflanzen-<br/>2020-05-12-1)

Selon la loi sur les produits thérapeutiques,  
l'ordonnance sur la publicité pour les médicaments  
et l'ordonnance sur les dispositifs médicaux,  
la publicité destinée aux professionnels est  
exclusivement réservée au public spécialisé.

# Une pandémie silencieuse

L'antibiorésistance gagne du terrain. Outre l'utilisation plus modérée des antibiotiques existants, la recherche de nouveaux principes actifs est aussi importante. Il faut cependant des conditions-cadres adaptées pour que les médicaments développés puissent finalement arriver sur le marché.

📄 Adrian Ritter | 🗣️ Claudia Spätig

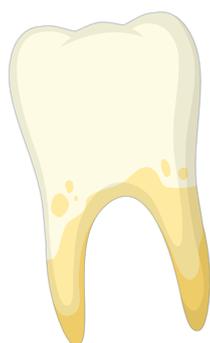


On parle déjà d'une pandémie silencieuse: selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les infections bactériennes sont de plus en plus difficiles à traiter, voire intraitables.<sup>1</sup> Pneumonies, septicémies et autres infections sévères peuvent ainsi redevenir des menaces mortelles pour l'homme. On estime que la résistance aux antibiotiques cause environ 1,3 million de décès par an dans le monde<sup>1</sup> – et près de 300 rien qu'en Suisse.<sup>2</sup> Outre une utilisation plus raisonnable des antibiotiques et le monitoring des résistances, il faut donc aussi trouver de nouveaux antibiotiques. «Nous aurons toujours besoin de nouveaux principes actifs, car les résistances se forment naturellement et finissent toujours par apparaître, quelle que soit la substance», constate **Markus Seeger**, professeur de microbiologie médicale à l'Université de Zurich. Il a participé au programme de recherche PNR 72 «Résistance aux antimicrobiens»<sup>3</sup>. Dans

le cadre de ce programme achevé fin 2022, les chercheurs ont découvert une série de nouvelles substances antibiotiques et de nouvelles méthodes de recherche systématique. La recherche doit essentiellement porter sur quatre domaines principaux.<sup>3</sup>

- Améliorer les substances actives existantes et les nouvelles découvertes – notamment en matière d'efficacité et de réduction des effets secondaires.
- Exploration du génome dans la nature – séquencer le génome de micro-organismes issus des habitats les plus divers et évaluer s'ils peuvent produire des substances antibiotiques inconnues jusqu'ici.
- Nouvelles molécules de synthèse dans l'espace chimique – exploiter, à partir de la structure chimique des antibiotiques éprouvés, tous les liens similaires théoriquement possibles, synthétiser et tester les molécules prometteuses

## Back to the future



L'homme de Néandertal n'utilisait pas de fil dentaire. Une véritable aubaine. Car la science dispose aujourd'hui du tartre qui s'était alors formé sur ses dents. La biotechnologie paléolithique s'y intéresse en particulier. En Allemagne, l'archéogénéticienne **Christina Warinner** (Institut Max-Planck d'anthropologie de l'évolution) et le chimiste **Pierre Stallforth** (Institut Leibniz de recherche sur les substances naturelles et la biologie des maladies infectieuses) sont notamment spécialisés dans cette discipline. Ils recherchent dans le tartre de l'âge de pierre des segments d'ADN de bactéries, qui pourraient justement produire des principes actifs antimicrobiens. Les chercheurs tentent de reconstituer ce patrimoine génétique à l'aide de la bio-informatique pour l'intégrer ensuite, en laboratoire, dans les bactéries d'aujourd'hui. L'objectif: stimuler les bactéries actuelles à produire des substances antibiotiques d'autrefois. Cela devrait surprendre les bactéries et permettre de lutter contre celles qui sont devenues résistantes aux antibiotiques. L'équipe allemande a déjà pu démontrer que ce principe fonctionne effectivement.<sup>5</sup>



- Approches alternatives: il s'agit notamment de bactériophages, de bactéries voleuses, d'anticorps, d'immunomodulateurs et de thérapies basées sur le microbiome (par ex. à base de probiotiques). Ces approches visent non seulement à détruire les bactéries mais aussi à renforcer le système immunitaire humain.

### Les phages ont le vent en poupe

L'Hôpital universitaire de Genève (HUG)<sup>6</sup> a récemment utilisé pour la première fois des bactériophages pour soigner un patient souffrant d'une infection bactérienne pulmonaire chronique résistante aux antibiotiques. Après six mois d'hospitalisation, le patient de 41 ans était totalement dépendant d'une antibiothérapie intraveineuse en continu et sans perspective d'amélioration. Le traitement expérimental par phages, effectué dans le cadre d'une autorisation exceptionnelle, a réussi: le patient a pu quit-

ter l'hôpital, retrouver son autonomie et reprendre son travail. Les bactériophages sont des virus qui ciblent les bactéries et les utilisent comme hôtes pour se répliquer. Lors de la libération des phages, les parois cellulaires des bactéries sont détruites et les bactéries tuées. Le monde de la recherche s'y intéresse de plus en plus depuis quelques années. Dans les pays industrialisés, aucune préparation à base de phages n'est encore autorisée comme médicament, comme le montre un récent rapport du Bureau d'évaluation des choix technologiques du Bundestag allemand.<sup>7</sup> Pour mieux exploiter le potentiel de la phagothérapie, il faudrait assouplir les conditions-cadres réglementaires, intensifier la promotion de la recherche sur le sujet et développer les structures d'incitation économiques.

### Des innovations risquées

«Les médicaments basés sur des mécanismes d'action inédits sont particulière-

ment importants», poursuit Markus Seeger. Mais la réalité est hélas bien différente. La **PD D<sup>re</sup> méd. Anna Conen**, infectiologue à l'hôpital cantonal d'Aarau et membre du comité de la Société suisse d'infectiologie, déclare au nom de la société spécialisée: «Les vraies innovations, au sens d'approches thérapeutiques inédites ou de nouveaux antibiotiques, sont malheureusement très rares.»

Markus Seeger est persuadé que cela s'explique aisément: «Obtenir des autorisations pour de nouvelles molécules est aujourd'hui beaucoup plus difficile et coûteux qu'autrefois.» Ces cinq à dix prochaines années, la majeure partie des innovations résultera de l'amélioration d'antibiotiques déjà existants. Car le risque d'échouer à la phase finale est alors bien moindre. Mais à long terme, il considère que l'autre approche a aussi des chances de réussir. «Pour avoir au plus vite de nouveaux antibiotiques, il faut conjuguer les deux approches: améliorer ce qui existe et développer des nouveautés», souligne notre interlocuteur.

## Manque d'incitations

Les aspects économiques sont aussi déterminants pour que de nouveaux principes actifs puissent effectivement arriver jusqu'aux patientes et patients. Les prix des antibiotiques sont aujourd'hui si bas que les

entreprises pharmaceutiques n'ont aucun intérêt à développer de nouvelles substances actives. Mais des nouveautés voient aussi le jour en matière de financement de la recherche. Plus de 20 entreprises pharmaceutiques ont ainsi doté le nouveau fonds d'action AMR Action Fund d'un milliard de dollars<sup>4</sup>. L'objectif est de soutenir de petites entreprises de biotechnologie et de commercialiser deux à quatre nouveaux antibiotiques d'ici 2030. La start-up suisse BioVersys figure parmi les bénéficiaires de ce fonds d'action.

Mais il faut encore déployer davantage d'efforts, avertit Markus Seeger: «Car la facture sera finalement bien plus élevée si nous n'en faisons pas assez. C'est maintenant qu'il nous faut poser de nouveaux jalons.» D'autant qu'il n'y aura pas de solution rapide comme pour les vaccins contre le Covid-19: «Le problème de l'antibiorésistance est beaucoup plus complexe. Car nous n'avons pas affaire à un seul virus mais à jusqu'à 40 pathogènes différents.» Et notre interlocuteur de conclure: «Nous allons réussir. Mais il faut du temps. Et jusque-là, la situation va malheureusement encore empirer.» ■

➔ Vous trouverez la bibliographie complète ici

## Antibiotiques à base végétale

Une grande partie des antibiotiques aujourd'hui disponibles est issue de substances produites par des micro-organismes, comme les moisissures et les bactéries. Un des exemples les plus célèbres est la pénicilline, synthétisée par des moisissures. Mais de nombreuses plantes contiennent aussi des substances antimicrobiennes, qui leur permettent notamment de se défendre contre les agents pathogènes. On connaît notamment l'ail, la sauge, le gingembre et le curcuma. «Jusqu'à présent, les substances végétales antibiotiques ne s'utilisent à des fins médicales que dans des gels et des crèmes pour favoriser la guérison des plaies», indique la **D<sup>re</sup> Evelyn Wolfram**, membre du groupe spécialisé «Chimie en substances naturelles et phytopharmacie» à la Haute école des sciences appliquées de Zurich. Elle précise que des études intéressantes sur des substances végétales à effet antibiotique local sont en cours pour agir contre les infections de la gorge.<sup>8</sup> «Un avantage des principes actifs végétaux, c'est qu'ils n'agissent souvent pas seulement contre les bactéries mais présentent aussi des effets antiviraux», remarque Evelyn Wolfram. Sans compter que les mélanges de substances seraient moins à risque de provoquer des résistances que les antibiotiques usuels qui ne sont constitués que d'une seule molécule. «Des recherches supplémentaires sur ce sujet seraient bienvenues», conclut notre interlocutrice. D'autant que les substances antibiotiques végétales peuvent aussi s'utiliser en prévention, pour soutenir l'autoguérison en complément du traitement et donc pour éviter de devoir par la suite suivre un traitement antibiotique conventionnel.



RAUSCH

Efficacité  
prouvée



Régule la production de sébum et ralentit la production rapide de sébum.



Élimine les pellicules sèches durablement et en douceur.



Lutte contre les démangeaisons, les pellicules grasses et les problèmes courants du cuir chevelu.



Favorise l'équilibre du microbiome du cuir chevelu sensible.



Lutte notablement et intensément contre la chute de cheveux.

Un cuir chevelu sain  
pour de beaux cheveux.



# Priorité aux plantes médicinales

Mixtura est une sorte de droguerie start-up, spécialisée dans la fabrication individuelle de médicaments naturels. Ses fondatrices, Désirée Schmid et Anna-Vera Hatt, dévoilent les idées à la base de leur concept, parlent de ce qui les différencie des drogueries conventionnelles et expliquent pourquoi il est important de conserver une large palette de matières premières et de remèdes différents.

📷 Barbara Halter | 🗣️ Claudia Spätig | 📺 Miriam Kolmann

*Chez Mixtura, les choses sont bien différentes que dans les drogueries traditionnelles: des flacons sont impeccablement alignés sur une paroi devant laquelle trône un vieux comptoir nostalgique. Tout est agencé de manière sobre et minimaliste. Quelle est l'idée à la base de cet aménagement?*

**Anna-Vera Hatt:** L'aspect de notre magasin doit créer de l'espace pour donner la priorité aux plantes médicinales et à la santé. Quand nos clientes et nos clients entrent ici, ils doivent sentir que nous fabriquons des produits individuels pour eux.

*Comment fonctionne Mixtura?*

**Désirée Schmid:** Mixtura est une droguerie avec une très large gamme de matières premières. Dans notre laboratoire, nous fabriquons nous-mêmes des médicaments, surtout pour les thérapeutes de médecine traditionnelle européenne (MTE). Ils nous envoient leurs prescriptions par mail, nous préparons les médicaments et les patientes et patients viennent les chercher directement chez nous.

**Hatt:** Il n'existe rien de comparable sous cette forme en Suisse. Nous ne sommes pas comme les drogueries traditionnelles tant

du fait de notre assortiment que du fait que nous ne visons pas la clientèle de passage.

*Vous êtes une start-up. Quels besoins voulez-vous satisfaire que les autres drogueries ne couvrent pas?*

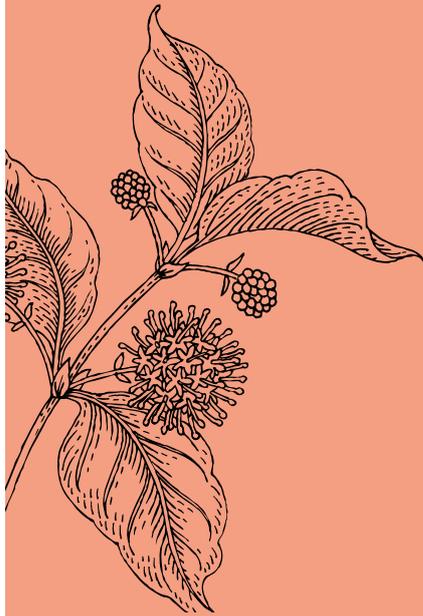
**Schmid:** La médecine traditionnelle européenne ouvre une nouvelle voie dans la médecine alternative. Laquelle est reconnue par un diplôme fédéral depuis quelques années. Selon notre expérience, beaucoup de drogueries ne sont pas organisées pour ça. Jusqu'à présent, du moins. Nous voulons prendre cette place et notamment devenir l'adresse de référence pour les thérapeutes.

**Hatt:** Un des thèmes récurrents de ma formation MTE était: où trouver les matières premières et les médicaments dont nous avons besoin? Quand je travaillais comme assistante en pharmacie, j'ai souvent vu que certains composants manquaient dans les drogueries et les pharmacies. Cela engendre du travail supplémentaire pour les thérapeutes qui doivent alors revoir le cas à traiter et refaire un mélange. Du coup, comme thérapeute, je cherche toujours à utiliser les mêmes plantes facilement disponibles. Mais ce n'est pas le sens et le but d'une formation de quatre ans que de de-

**Désirée Schmid**, 31 ans (à gauche), droguiste dipl. ES, et **Anna-Vera Hatt**, 33 ans, assistante en pharmacie CFC et naturopathe MTE, ont toutes deux grandi dans la région de Saint-Gall et se sont retrouvées en travaillant dans une droguerie-pharmacie de Zurich. Désirée Schmid assure la direction technique et Anna-Vera Hatt est la thérapeute maison. Mixtura a ouvert ses portes le 5 mai 2023 en ville de Zurich. Le magasin sis à la Limmatstrasse est un local provisoire et les deux fondatrices sont actuellement à la recherche d'un nouveau local.

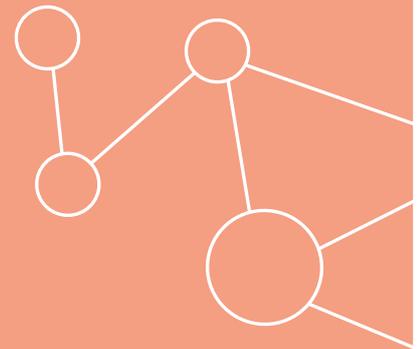
# Fortbildung

Präsenzseminare 2024



**Hallo, ich bin Karin Klups. Scannen Sie den QR-Code.**

Richten Sie Ihr Handy auf mich und ich erzähle Ihnen mehr zu unserem Kursprogramm.



**Seminarprogramm  
und Anmeldung:**



**ebi-pharm**

[www.ebi-pharm.ch](http://www.ebi-pharm.ch)

voir finalement se limiter dans le choix des produits.

**Schmid:** Nous voulons aussi que les choses soient claires pour le client. Quand sa ou son naturopathe lui recommande un mélange, nous le lui fabriquons exactement comme prescrit et en l'espace de 24 heures.

*D'où proviennent vos matières premières?*

**Hatt:** En Suisse, nous sommes bien positionnés. Beaucoup de producteurs peuvent fournir des matières premières pour des médicaments naturels d'excellente qualité. Mais pour que cela continue comme ça, il faut que la demande perdure. C'est aussi un signal d'alarme pour nous: si la médecine naturelle ne vend plus que des médicaments sous forme de produits finis, alors l'assortiment des fournisseurs de matières premières diminuera progressivement.

*Y a-t-il des modèles qui vous ont inspiré Mixtura?*

**Schmid:** Plutôt nos expériences. Après ma formation ES à Neuchâtel, la pharmacie-droguerie Nature First, à Zurich, était le lieu de rêve où je voulais absolument travailler. Surtout parce qu'elle se concentre sur les médicaments naturels et dispose d'un grand assortiment de teintures et de spécialités maison. Mais, même là, les mélanges individuels sont rares. La réalité, c'est qu'en tant que droguiste, on manque de temps et de locaux appropriés. Il faut gérer un énorme flux de marchandises au quotidien, le commerce se focalise tout simplement sur d'autres choses. Autre point délicat: la communication entre les thérapeutes et la droguerie, laquelle, selon moi, ne fonctionne souvent pas bien. Faciliter ces échanges et processus est aussi un des objectifs de Mixtura.

*Combien de temps a-t-il fallu pour que votre rêve devienne réalité?*

**Hatt:** Longtemps! Nous avons intensivement travaillé pour développer notre idée et en avons beaucoup rêvé jusqu'à ce que nous puissions enfin ouvrir le magasin, ici à Zurich, en mai 2023.

*Quel est votre lien personnel à la naturopathie?*

**Hatt:** J'étais à l'école Rudolf Steiner et j'ai grandi avec la naturopathie, car ma mère est aussi thérapeute.

**Schmid:** Les plantes me fascinent depuis toujours et j'ai appris moi-même à récolter des plantes sauvages. Comme droguiste, on a certes beaucoup de connaissances, mais on oublie souvent de célébrer les plantes à leur juste valeur – les produits finis se vendent bien plus souvent. Ce n'est pas la voie que j'ai choisie. Notamment parce que je pense qu'un réel intérêt pour les plantes sommeille chez beaucoup de monde. Depuis quelques années, je propose des balades pour récolter des plantes médicinales et sauvages à Zurich et je m'étonne toujours de l'enthousiasme que je peux susciter chez les participants. J'aimerais encore plus faciliter l'accès à ce monde. Et cela non dans un sens ésotérique, mais bien médical.

*Vous abordez le thème de l'ésotérisme: les médicaments naturels sont aussi une tendance actuelle. Qu'en pensez-vous?*

**Hatt:** Dans le domaine médical, je constate que les clientes et les clients viennent par conviction. Pour préparer un mélange, j'ai besoin de beaucoup d'informations sur la personne. Elle doit être d'accord et se prendre le temps pour ce cadre thérapeutique. Faire les choses à la va-vite par-dessus le comptoir est juste impossible chez nous.

**Schmid:** Nous nous démarquons clairement du secteur qui ne porte que sur la consommation. Mixtura doit aussi renforcer la prise de conscience et la responsabilité personnelle vis-à-vis de sa propre santé.

*Créer une start-up nécessite du courage, mais aussi de l'argent – surtout dans une ville comme Zurich. Comment vous financez-vous?*

**Hatt:** Nous avons commencé petit. Nous louons les locaux pour un usage intermédiaire. Outre l'espace de vente, nous avons un petit laboratoire, pour mélanger les liquides, les poudres ou les tisanes, et deux salles de thérapie. J'exerce à plein temps comme thérapeute dans l'une d'elles. Désirée travaille au service extérieur de l'en-

treprise Spagyros. Nous ouvrons de 16 à 20 heures pour recevoir notre clientèle. Savoir que nous pouvions rester ici seulement temporairement nous a ôté beaucoup de pression. Maintenant, après un début réussi, nous pouvons chercher un nouvel endroit.

**Schmid:** Nous nous sommes financées avec nos propres moyens et l'argent prêté par une connaissance. Il était important pour nous d'avoir une croissance organique, pour conserver le plaisir de travailler pour Mixtura et pour ne pas risquer de compromettre notre amitié.

*En tant que jeunes entrepreneuses, quel est votre plus grand défi?*

**Hatt:** Nous sommes souvent ici, au magasin, et travaillons beaucoup pour Mixtura durant nos loisirs. Nous faisons presque tout nous-mêmes – de la rénovation des locaux à la gestion de notre site internet. J'ai dû apprendre que chaque nouvelle idée implique toujours beaucoup de travail et que je dois rester patiente quand tout ne fonctionne pas immédiatement comme je le voudrais.

**Schmid:** On est responsable de tout. Il faut aussi pouvoir assumer ce qu'on a communiqué à l'extérieur. C'est très important pour moi. Il y a eu une période, fin 2022, où nous sommes toutes deux devenues très impatientes. Du style: soit nous réalisons maintenant notre idée, soit nous n'en parlons plus jamais. A posteriori, cette période de réflexion était précieuse. Avoir pensé aux questions portant sur notre identité et

nos valeurs nous est très utile aujourd'hui. Nous savons précisément en quoi consiste notre monde.

*Quels sont les retours depuis l'ouverture en mai dernier?*

**Schmid:** Les thérapeutes de la ville de Zurich, qui sont notre priorité, nous ont donné beaucoup de feedback positifs à l'ouverture. Mais il a ensuite fallu attendre un peu jusqu'à ce qu'ils commandent effectivement leurs premiers mélanges.

**Hatt:** Il faut du temps pour créer de la confiance. Et les thérapeutes MTE ne sont pas encore si nombreux. Beaucoup ne terminent que maintenant leur formation. Une de mes enseignantes m'a dit: «Anna, vous êtes en avance avec votre idée, soyez patientes.»

*Pourriez-vous à l'avenir conseiller davantage de clients directement en magasin?*

**Hatt:** Notre idée est de proposer sur notre site des consultations d'une demi-heure, qui permettent d'aller un peu plus loin que de parler uniquement des symptômes. Pour que Mixtura devienne rentable, notre priorité doit cependant rester les mélanges de médicaments naturels.

**Schmid:** On pourrait aussi proposer du travail à façon à l'avenir, par exemple pour des pharmacies et des drogueries ou un studio de yoga qui nous donnerait à produire sa collection de thés. Enfin, nous aimerions développer Mixtura en une plateforme. Un espace où professionnels et clients célèbreraient la médecine naturelle. ■



Dans l'édition d'avril de vitamine, vous trouverez dans ces pages un entretien avec Patrick Baumann, sommité de la spagyrie

**CONTRE LES BRÛLURES D'ESTOMAC**

**SOULAGEMENT RAPIDE**

**PROTECTION NATURELLE**

RECOMMANDÉ PAR **93%** DES UTILISATEURS\*

**NOUVEAU** dans votre pharmacie et droguerie

**Refluctan**

Film protecteur végétal à base D'EXTRAIT DE FIGUIER DE BARBARIE

Neutralise rapidement les excès d'acide gastrique

Calme et protège l'œsophage avec de l'extrait de figuier de Barbarie

Disponible dans les arômes menthe et fruit. Sans aluminium.

\* Enquête auprès de 227 utilisateurs (45-69 ans), réalisée en Allemagne par l'institut d'études de marché indépendant DIALEGO AG à la mi-2022.



# 20.5.2024 Fête de jubilé

SCHWEIZERISCHER **DROGISTEN**VERBAND  
ASSOCIATION **SUISSE** DES **DROGUISTES**



# 125

## Fêtons ensemble!

Notre association des droguistes célèbre ses 125 ans cette année et nous voulons fêter cet anniversaire comme il se doit avec nos membres sur le Ballenberg, dans l'Oberland bernois.

Réservez déjà la date suivante pour vous et votre famille:

**Lundi de Pentecôte, le 20 mai 2024**

Vous recevrez le programme détaillé de cet anniversaire, avec la possibilité de vous inscrire, à la mi-mars 2024.

Retrouvons-nous sur le Ballenberg!

**Votre association suisse des droguistes**



Biotine-Biomed® plus

# DES CHEVEUX FORTS ET DE BEAUX ONGLES

NOUVEAU



## Le plus pour les cheveux et ongles

- + Une seule capsule par jour pour couvrir les besoins.
- + Combinaison précieuse avec biotine, zinc, sélénium, vitamines B, L-cystine et extrait de millet doré.



La biotine, le zinc et le sélénium contribuent au maintien de cheveux normaux. De plus, le zinc et le sélénium contribuent au maintien d'ongles normaux. Biotine-Biomed plus est un complément alimentaire. Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain.

# Nux Sana et swidro SA collaborent désormais

La coopérative Nux Sana a perdu de nombreux membres l'an dernier. Swidro propose donc aux membres restant une forme de «collaboration d'achats».

✉ Céline Jenni | 🗣️ Claudia Spätig

En 2023, la coopérative Nux Sana comptait encore 130 sites. Mais en une année, près de la moitié de ces sites a rejoint le groupement de pharmacies Pharmavital. Le nombre des membres de Nux Sana se réduit donc désormais à 70 – ce qui diminue logiquement le poids de la coopérative en matière d'achats. «Pour que les drogueries Nux Sana qui restent aient de bonnes perspectives pour l'avenir, le comité de Nux Sana a décidé de prendre contact avec swidro», a écrit swidro à ses membres. Selon swidro, l'idée est que «la mise en commun des volumes d'achat permette d'obtenir de meilleures conditions pour swidro et pour Nux Sana».

## Avantages stratégiques

Selon swidro, l'analyse attentive des négociations initiées par Nux Sana montre que la collaboration est principalement utile pour les contrats avec les grossistes. La mise en commun des volumes d'achat augmente immédiatement le pourcentage des remboursements et renforce durablement la position des deux parties

lors des négociations. swidro propose donc aux 72 drogueries restantes de la coopérative Nux Sana une collaboration en matière d'achats à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2024. Dans cette optique, swidro a dû développer une nouvelle forme d'affiliation, avec le statut de «membre d'achats swidro». Ces membres ont accès aux contrats de swidro avec Galexis et Voigt et à d'autres prestations swidro. Notamment l'encadrement et le suivi pour le travail quotidien ou les questions de stratégie d'entreprise.

Les membres d'achats swidro n'ont cependant pas accès aux actions swidro et n'ont donc aucun droit de vote aux assemblées générales. Les outils de marketing et le commerce en ligne restent aussi l'exclusivité des membres d'origine de swidro.

L'acquisition des drogueries Nux Sana n'est pas seulement intéressante en raison de l'augmentation des ristournes des grossistes et du renforcement de sa position dans les négociations, mais aussi parce que les cotisations peuvent diminuer en fonction du nombre des nouveaux membres d'achats, explique swidro dans un communiqué adressé à ses membres. ■

📖 L'édition d'avril 2024 de *vitamine* traitera de manière plus approfondie des changements et mouvements importants dans le paysage des groupements suisses.

## A propos de swidro

Selon l'idée de «réussir ensemble», quinze droguistes engagés ont créé l'actuelle swidro sa en 1995. Au fil des ans, de nouvelles drogueries innovantes ont rejoint la société. De sorte qu'aujourd'hui, swidro est, selon ses propres données, le plus grand groupement de drogueries suisse et constitue un partenaire fiable sur le marché des drogueries. Selon swidro, son activité se concentre sur la pérennité et la poursuite du développement des drogueries partenaires. swidro enregistre une croissance constante de ses membres depuis sa création et fait aujourd'hui partie des groupements leaders du marché de la droguerie.

# 15 questions sur le thème des pieds

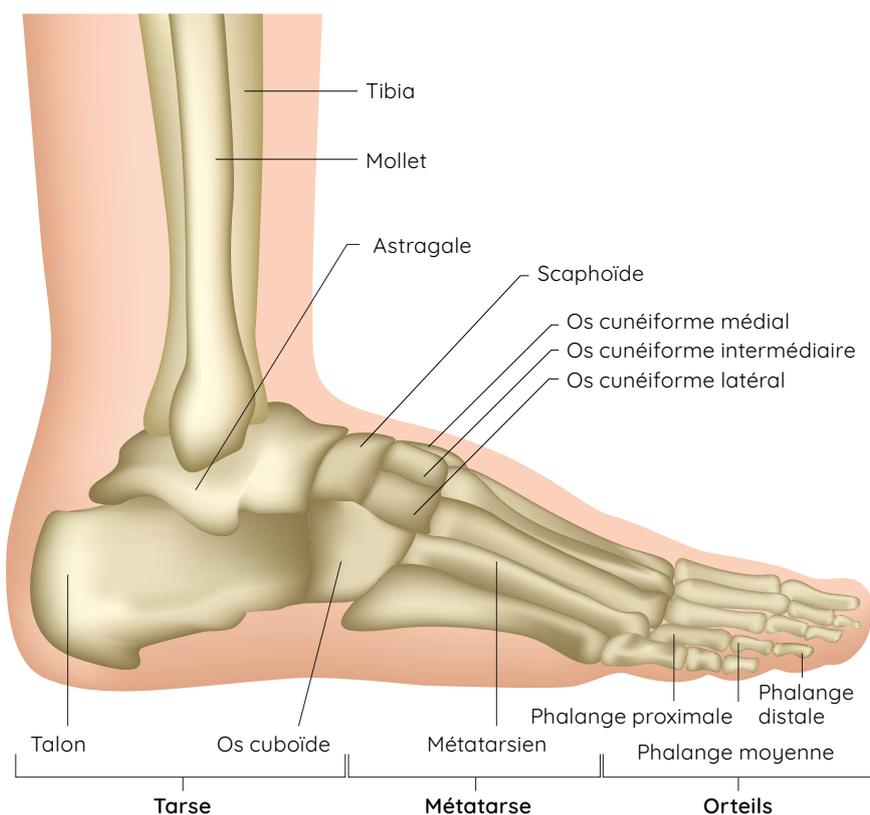
«Le pied est un chef-d'œuvre architectonique de la nature», assure Anette Lanz, médecin cheffe en chirurgie du pied à la clinique Schulthess de Zurich, leader dans le domaine de l'orthopédie. «Mais le pied est aussi une source de problèmes imprévisibles. Même après 20 ans, c'est toujours un défi pour moi que de poser un diagnostic et de trouver la bonne solution. On ne s'ennuie jamais dans ce domaine.» Anette Lanz soutient le département chirurgie durant ses consultations et dirige l'équipe des médecins spécialisés dans les traitements conservateurs.

Barbara Halter | Claudia Spätig

## 1 Anatomie du pied: ce qui est important

A l'origine, le pied était un organe de préhension. Par sa structure, il est donc assez semblable à la main. Au cours de l'évolution, il est devenu un organe de soutien et de locomotion. Ce qui est unique dans le pied humain, c'est sa voûte longitudinale et transversale, qui permet une démarche fluide et le déroulé du pied. Le chimpanzé, notre parent le plus proche dans le règne animal, n'a pas ça. Il peut certes se déplacer sur deux pieds, mais il doit régulièrement prendre appui sur ses longs bras.

Le pied se compose de trois parties: le tarse, le métatarse et l'avant-pied avec les phalanges. Il comporte 33 articulations et de nombreux muscles et ligaments. Les ligaments assurent la stabilité passive tandis que les muscles participent au soutien actif de la voûte plantaire et transversale. Le pied forme un angle de 90° avec le corps et est relié à la partie inférieure de la jambe par une articulation charnière (articulation supérieure de la cheville). Tout le poids du corps pèse sur l'astragale.

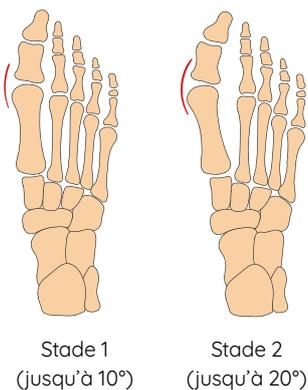


## 2 Quel a été le rôle du pied dans l'évolution de l'être humain?

Le processus d'évolution de la main au pied a commencé il y a environ cinq millions d'années. Sans cette évolution, Homo sapiens n'aurait sans doute jamais existé. La bipédie, autrement dit le fait de se déplacer sur deux pieds, a libéré les mains et donc rendu possible de manipuler des choses, de fabriquer des outils et de chasser de manière efficace. L'homme a dès lors été libre d'agir et sa dextérité s'est progressivement affinée. On suppose que cela a aussi stimulé l'évolution du cerveau.

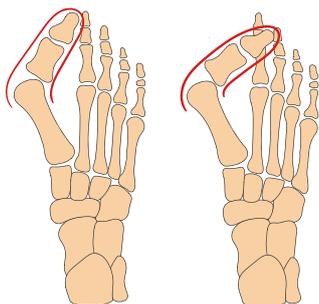
## 4 Outre la grandeur, y a-t-il d'autres différences entre les pieds des femmes et ceux des hommes?

En comparaison avec la taille de leur corps, les femmes ont généralement des pieds plus petits. Les pieds des hommes sont plus puissants. Et comme le tissu conjonctif des femmes est plus faible, elles ont trois fois plus souvent des *hallux valgus* que les hommes. Elles consultent donc plus souvent leur médecin et font plus facilement opérer cette déformation. L'aspect esthétique dérange aussi plus les femmes que les hommes, mais ne doit pas constituer un motif d'opération. Ce qui est déterminant, c'est la douleur, indépendamment de l'aspect de la déformation.



Stade 1  
(jusqu'à 10°)

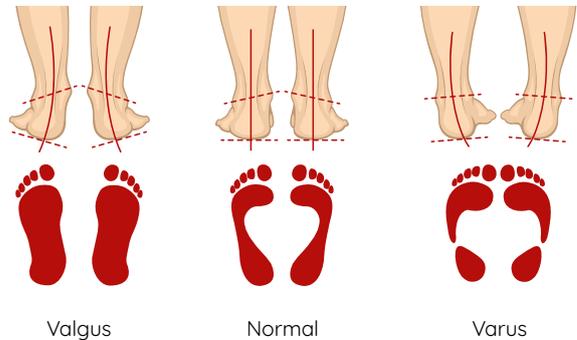
Stade 2  
(jusqu'à 20°)



Stade 3  
(jusqu'à 30°)

Stade 4  
(au-delà de 30°)

## 3 Quel est l'aspect d'un pied sain?



Valgus

Normal

Varus

L'axe de l'arrière du pied est normalement très légèrement *valgus*, autrement dit dévié d'environ 5° vers l'extérieur. Si le talon est au contraire incliné vers l'intérieur, on parle de pied *varus*. Cela n'a encore rien de pathologique, beaucoup de gens vivent bien comme ça. Mais ils peuvent toutefois avoir tendance à se tordre plus facilement la cheville. La voûte plantaire est aussi importante: dans un pied sain, elle est légèrement maintenue à une petite distance du sol. Si la distance est trop importante, on parle de pied creux, et de pied plat, si elle est trop petite ou inexistante. Mais beaucoup vivent aussi sans problème avec ça.

## 5 Quelle est la différence entre hallux valgus et hallux rigidus?

Lorsque les patients parlent d'*hallux*, ils pensent généralement à l'*hallux valgus*, une déformation du gros orteil. *Hallux* signifie justement gros orteil et *valgus*, vers l'extérieur, autrement dit, dévié loin du centre du corps. Quand on pose les deux pieds côte à côte, on peut observer un X depuis en-haut. Il ne s'agit pas d'une malformation osseuse, mais bien d'une déformation: le gros orteil dévie vers l'extérieur et le métatarse se dirige lui vers l'intérieur. La tête du premier métatarsien forme alors souvent une saillie, qui peut être douloureuse. Certaines personnes vivent sans problème avec un *hallux valgus*, surtout dans les pays où l'on porte des chaussures ouvertes ou même aucunes.

L'*hallux rigidus*, lui, se manifeste par un gros orteil rigide (comme son nom latin l'indique) et constitue un stade avancé de l'arthrose de cette articulation. L'arthrose conduit à une perte de la mobilité et provoque des douleurs lorsqu'on bouge et déroule le pied. L'os du gros orteil commence souvent à surréagir, l'articulation tentant ainsi de «s'emmurer» pour se protéger. Cela provoque des douleurs à la pression lors du port de chaussures.

Au stade initial, porter des chaussures à semelles dures, qui ne plient pas, peut aider. Ou, idéalement, des semelles arrondies, comme celles des chaussures de trekking ou de marche. Quand l'arthrose est très avancée, on peut bloquer définitivement l'articulation. Cette intervention permet de continuer à vivre bien et sans limitation majeure de la mobilité.

## 6 L'hallux valgus doit-il être opéré?

«Ça peut encore être pire?»: telle est la question la plus fréquente en cas d'hallux valgus. Mais il n'y a pas de réponse définitive: le pied peut rester comme ça ou empirer – mais il ne s'améliorera certainement pas. D'aucuns assurent avoir fait disparaître leur hallux valgus en pratiquant des exercices spéciaux. Mais je n'en ai jamais eu la preuve. Nous ne prenons pas la décision d'opérer cette déformation sur la base de radiographies. Ce qui est déterminant pour nous, c'est la pression de la douleur subie par le patient. Par exemple si quelqu'un ne parvient plus à trouver des chaussures adaptées ou souffre même durant la nuit lorsque le nerf du gros orteil est également atteint.

En principe, nous essayons de repousser au plus les opérations du pied et épuisons d'abord toutes les options des traitements conservateurs: souliers adaptés et semelles orthopédiques, infiltrations de cortisone ou d'acide hyaluronique, autohémothérapie ou encore traitement au laser.

Important: même après une petite opération, le pied est souvent enflé pendant des mois, voire une année. En raison de l'emplacement du pied, le corps a en effet de la peine à ramener le liquide interstitiel vers le haut.



## 7 Que faire en cas de douleurs au talon?

Il s'agit souvent d'une fasciite plantaire, ou inflammation de l'aponévrose plantaire qui provoque des douleurs au talon. Dans le langage populaire, on parle souvent d'épine calcanéenne. Dans ce cas, l'excroissance osseuse, souvent bien visible sur les radiographies, ne provoque pas de douleurs en elle-même. Il s'agit typiquement de douleurs à l'effort et surtout de douleurs qui se manifestent le matin, lors des premiers pas hors du lit.

Les douleurs au talon peuvent aussi être provoquées par la rétraction des muscles du mollet. C'est une conséquence de notre style de vie, avec de trop longues périodes en position assise. Pour contrer cela, il faut étirer régulièrement les muscles des mollets. On peut aisément le faire entre-deux: en attendant le bus ou en se brossant les dents.

En cas de douleurs au talon, je conseille d'abord de ne pas marcher pieds nus et de porter des pantoufles rembourrées à la maison. Il faudrait aussi masser deux fois par jour la plante des pieds avec un rouleau de fascia, une balle de tennis ou une balle hérissée. On peut alors aller jusqu'à la limite de la douleur, car la provocation d'un tel stimulus active les forces d'autogénération du corps.

# Dr.Yglo®

## Zum einfachen Vereisen von Warzen und Dornwarzen



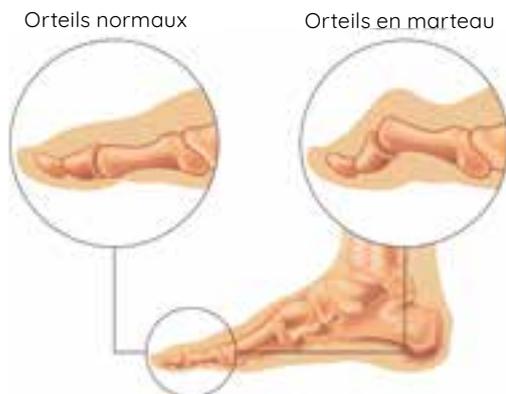
- › Die schnelle Möglichkeit zur Warzenbehandlung
- › Basierend auf hochwirksamer Kryotherapie
- › Einzigartiger, patentierter Applikator mit Präzisionsspitze
- › Keine Schädigung der umgebenden Haut
- › Geeignet für Kinder ab 4 Jahren

WART  
FREEZE  
TREATMENT

Vertrieb durch:



## 8 Quelles sont les autres douleurs fréquentes?



Le pied est souvent victime de mauvaises positions et de déformations qui évoluent au fil de la vie, augmentent généralement et finissent par provoquer des douleurs. Il s'agit en premier lieu d'orteils en marteau et de pieds plats. Sinon, nous avons aussi beaucoup de tendinites, en particulier des inflammations du tendon d'Achille. Et bon nombre de gens, l'âge venant, souffrent d'arthrose des pieds ou des chevilles et ont besoin de soins.

Fréquente, mais pas très connue, il y a aussi la maladie de Morton. Les personnes concernées marchent sans problème pieds nus ou dans des chaussures ouvertes ou confortables. Mais les souliers de marche ou de ski provoquent des douleurs insupportables, souvent décrites comme des brûlures, qui apparaissent typiquement entre le troisième et le quatrième orteil – parfois seulement ce dernier. Les douleurs, qui disparaissent dès que les chaussures sont retirées, sont provoquées par les nerfs intermétatarsiens qui se divisent en Y avant les orteils, les rendant ainsi sensibles. Chez les personnes âgées, les douleurs surviennent aussi lorsque les pieds, devenus plus larges, sont serrés dans des chaussures étroites et rigides. Ce symptôme n'est pas grave en soi, mais les douleurs pourrissent évidemment la vie. Beaucoup de patients réagissent bien aux infiltrations de cortisone, qui peuvent, selon les cas, apporter un soulagement durant une année entière. Si cette méthode n'agit pas, une intervention chirurgicale peut être utile.

Les douleurs qui surviennent durant la nuit sont souvent provoquées par le tendon du muscle tibial antérieur, qui s'insère sur la base du métatarse. Quand on dort, le pied penche vers le bas, ce qui provoque une traction sur les tendons et donc des douleurs. Les patients se réveillent donc souvent à plusieurs reprises durant la nuit, ce qui est épuisant. Les femmes de plus de 60 ans sont les plus touchées. Le diagnostic posé n'est souvent pas le bon – s'en suit alors l'administration d'injections de cortisone, ce qui est une erreur. Dans de tels cas, il faut absolument consulter un spécialiste.

## 9 Quand faut-il consulter au plus vite un médecin?

Dès que les symptômes s'accompagnent d'inflammation, de rougeur ou de gonflement, car il pourrait s'agir d'une infection. Une consultation urgente s'impose aussi quand le mollet enfle soudain, car il y a alors un risque de thrombose.

## 10 Comment le pied change-t-il au cours de la vie?

Les enfants naissent avec les pieds apparemment plats. Les pieds ne sont pas encore formés et la voûte plantaire n'est pas délimitée. Jusqu'à trois ans, leurs pieds possèdent en fait un coussinet graisseux qui fait office de voûte plantaire naturelle. Le pied évolue vers sa forme définitive entre six et sept ans et sa croissance est terminée à la fin de la puberté. Avec l'âge, le tonus des muscles et des ligaments diminue, le pied devient plus large, plus long et plus plat. La pesanteur ou la prise de poids interviennent aussi dans ce processus – ainsi, après une grossesse, les femmes doivent souvent passer à une pointure supérieure.



11

## Les Birkenstock sont-elles bonnes pour les pieds?



stock.adobe.com/Claudio Caridi

Quand les pieds ont la forme adaptée, on peut sans autre porter des Birkenstock. Mais leur semelle plate ne convient pas à tout le monde. Les gens ont souvent besoin d'une lanière vers la cheville pour éviter que les orteils ne se recroquevillent pour s'agripper à la chaussure. Plus généralement, il faudrait choisir ses chaussures en fonction du bien-être des pieds et de leurs spécificités. Pour marcher sur des pavés, par exemple, j'enfilerais plus volontiers des sneakers, avec des semelles épaisses et dures, que des sandales plates.

12

## Est-il important de marcher pieds nus?

Les enfants devraient souvent être pieds nus, pour que leurs muscles, leurs tendons et leurs ligaments puissent se développer normalement. Marcher pieds nus est aussi bénéfique aux adultes, pour autant que leurs pieds soient en bonne santé. Cela active surtout les petits muscles, qui ne travaillent pratiquement pas dans les chaussures. A savoir: plus on vieillit, plus il est désagréable de marcher pieds nus, car les coussinets de graisse de la plante des pieds s'amincissent et leur fonction d'amortissement s'en ressent.

14

## Comment bien soigner ses pieds?

Les pieds sont le plus souvent enfermés dans des chaussettes et des chaussures, dans un milieu humide où les bactéries, les virus et les champignons se sentent bien. Si les bactéries prennent le dessus, les pieds se mettent à sentir mauvais. La transpiration favorise ce phénomène, car *Staphylococcus epidermidis*, qui vit sur la peau, s'en nourrit. Le mieux est de

laver et savonner les pieds, y compris les espaces entre les orteils, lors de la douche matinale. Bien les sécher ensuite et les enduire tous les jours de crème pour éviter la formation de crevasses au niveau de la couche cornée. Les germes, comme ceux qui provoquent les mycoses, ne pourront ainsi pas pénétrer dans la peau.



13

## Et quel est le rôle des ongles?

Ils constituent une couche de protection pour les orteils très sensibles. Car de très nombreuses cellules sensorielles se trouvent sous la pointe des orteils, là où les ongles s'arrêtent. Quand un ongle est blessé, par exemple lorsque la pédicure enlève les cuticules, des bactéries peuvent pénétrer. Mieux vaut couper les ongles droit, puis éventuellement les limer. La pulpe des orteils peut dépasser les ongles d'environ un demi à un millimètre. Il faudrait également huiler les ongles de temps en temps, car les ongles deviennent cassants au fil des ans, ce qui favorise aussi la pénétration d'agents pathogènes.



15

## Comment traiter la couche cornée?

La couche cornée protège la peau. Elle se forme de manière différente d'une personne à l'autre et même d'un pied à l'autre. La couche cornée traduit une augmentation de la charge mécanique. Si on l'élimine soi-même, mieux vaut n'utiliser qu'une fine pierre ponce. Il ne faut pas provoquer de saignements, surtout en cas d'œil-de-perdrix. Les personnes âgées sont presque obligées d'aller régulièrement chez une ou un podologue. Et la prudence est particulièrement de mise en cas de diabète: souffrant de pertes ou de troubles de la sensibilité, les personnes diabétiques risquent de ne pas remarquer quand elles ont un caillou dans la chaussure. Elles doivent donc toujours contrôler leurs chaussures avant de les enfiler. Sans oublier d'examiner une fois par jour la plante de leurs pieds et leurs orteils. ■

# Connaissances sur les produits chimiques dans le commerce de détail



Un système d'étiquetage et le classement des produits chimiques unifiés au niveau mondial ont été lancés et une nouvelle loi sur les produits chimiques a été introduite. Ce système est appliqué depuis le 31 mai 2017 au plus tard dans le commerce de produits chimiques. Tout le personnel spécialisé des drogueries et pharmacies en contact avec des produits chimiques doit connaître et appliquer les nouvelles prescriptions, aussi bien pour la fabrication que la remise.

## Cours de formation en ligne

Le cours de formation en ligne «Connaissances techniques sur les produits chimiques dans le commerce de détail», mis sur pied en collaboration avec l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), permet d'acquérir les connaissances techniques nécessaires. Après réussite de l'examen, le certificat est directement téléchargeable. A partir de ce moment, les diplômées et diplômés remplissent les exigences légales.

## Public cible

Le personnel spécialisé des drogueries et des pharmacies. Pas d'autorisation pour les particuliers ou des professionnels d'autres branches.

## Points obligatoires de formation continue et de perfectionnement

Les membres de l'ASD reçoivent 3 points de perfectionnement ASD  en cas de réussite de l'examen.

## Coûts du cours

- Le cours de formation en ligne coûte 69 francs pour les membres de l'ASD et de pharmaSuisse et leurs collaboratrices et collaborateurs.
- Le cours coûte 99 francs pour les non-membres.
- Les frais du cours peuvent être réglés par e-paiement (Visa, Mastercard, PostFinance-Card, PostFinance E-Finance, PayPal) ou sur facture pour les membres de l'ASD.

## Inscription

Inscription sur <https://droguerie.ch/profession/formation-continue-et-perfectionnement/> ou grâce au code QR ci-contre:



## Personne de contact

Marie-Noëlle Hofmann, [m.hofmann@vitagate.ch](mailto:m.hofmann@vitagate.ch)  
Isabelle Jacquemai, [i.jacquemai@drogistenverband.ch](mailto:i.jacquemai@drogistenverband.ch)



# Sur les traces des injections minceur

Les amincissants de nouvelle génération s'arrachent littéralement, car ils feraient fondre la graisse et les kilos. Régulièrement à la une des magazines, ces produits injectables font le buzz sur les réseaux sociaux.

Mais que contiennent réellement ces seringues supposées favoriser la perte de poids?

📷 Jasmin Weiss | 📷 Claudia Spätig

Deux médicaments pour le traitement du surpoids et de l'obésité sont depuis peu autorisés en Suisse, les deux sous forme d'injection. Les principes actifs sémaglutide, liraglutide et autres ne sont en fait pas nouveaux dans de tels médicaments. A l'origine, ils ont été développés pour les diabétiques, en complément des traitements classiques contre le diabète. Mais ce n'est que lorsque des personnalités comme Elon Musk ou Kim Kardashian ont vanté ces injections minceur sur les réseaux sociaux que ces principes actifs ont fait le buzz. Toute-

fois, en marge de ces louanges, de plus en plus de voix critiques s'élèvent, mettant en garde contre des pertes de poids rapides et prétendument faciles. Nous faisons le point sur les effets réels de ces principes actifs et sur les cas où la prudence est de mise.

## Liaison aux récepteurs du GLP-1

Le sémaglutide et le liraglutide font partie des agonistes aux récepteurs du gluca-



gon-like-peptide-1 (GLP-1) et reproduisent le mode d'action du GLP-1. Le GLP-1 est une hormone produite dans le corps humain suite à la prise de nourriture.<sup>1</sup> Elle est ensuite libérée dans la circulation sanguine. L'hormone ralentit la vidange de l'estomac, inhibe la production de suc gastrique, réduit l'appétit, stimule la sécrétion d'insuline et améliore la sensibilité à l'insuline.<sup>1</sup> Avec ces effets sur l'organisme, le GLP-1 fait partie des mécanismes qui donnent au corps une impression de satiété pendant et après les repas. Le GLP-1 est décomposé en l'espace de quelques minutes par les enzymes dans la circulation sanguine.

Dans les médicaments, les agonistes aux récepteurs du GLP-1 sont utilisés comme des principes actifs. Il s'agit de polypeptides de synthèse, qui, comme les hormones du corps, se lient aux récepteurs du GLP-1. Mais comparés aux hormones du corps, ils ont une demi-vie plus longue, ce qui signifie qu'ils mettent plus de temps à être décomposés et qu'ils peuvent donc déployer leurs effets plus longtemps.<sup>2</sup> Les agonistes aux récepteurs du GLP-1 sont normalement décomposés dans le système digestif.<sup>2</sup> Raison pour laquelle ces médicaments étaient uniquement disponibles sous forme injectable jusqu'à peu. Depuis 2020, un agoniste aux récepteurs du GLP-1 administré sous forme orale est disponible pour l'indication du diabète.

### Action sur l'appétit

En raison de leur effet sur la glycémie, les agonistes aux récepteurs du GLP-1 s'utilisent contre le diabète. Les sécrétions d'insuline par le pancréas augmentent et

la sensibilité à l'insuline augmente dans les muscles (voir graphique «Homéostasie glucidique»)<sup>3</sup> Dans le foie, ils diminuent la formation des dépôts de graisse et la gluconéogenèse (synthèse de glucose à partir de substances non glucidiques).<sup>3</sup> Par la réduction de l'appétit et le ralentissement de la vidange de l'estomac, la sensation de satiété intervient plus rapidement et dure plus longtemps. Ce qui réduit la prise alimentaire et peut donc conduire à une perte de poids. Laquelle perte de poids peut à son tour avoir des effets positifs en cas de diabète. Car comme le surpoids est susceptible de provoquer une résistance à l'insuline, il peut être une cause de diabète de type 2 ou en favoriser l'apparition.

Les agonistes aux récepteurs du GLP-1 améliorent aussi le contrôle des comportements alimentaires.<sup>3</sup> Mais l'apparition de l'appétit et de la sensation de faim est un phénomène très complexe. D'un côté, l'appétit est dirigé par des hormones. Mais il dépend aussi de l'état psychologique. Les agonistes aux récepteurs du GLP-1 influencent le côté hormonal et réduisent effectivement l'appétit. La chirurgie bariatrique peut aussi avoir une influence sur l'appétit en raison des changements hormonaux liés à l'opération. Mais au niveau du psychisme, le plaisir et la libération de dopamine et d'autres substances endogènes provoqués par la nourriture peuvent aussi ouvrir l'appétit. Les médicaments développés pour influencer le niveau psychique n'ont guère connu de succès jusqu'à présent.<sup>4</sup> A souligner que les habitudes peuvent aussi favoriser l'appétit et les sensations de faim. Par exemple lorsqu'on mange quelque chose juste parce qu'on a pris l'habitude de manger toujours à

## La hype des injections minceur

Le premier médicament avec l'indication obésité contenant le liraglutide a déjà été autorisé en Suisse en 2016. Mais ce n'est que récemment qu'il est devenu à la mode. Cette soudaine notoriété est certainement due aux discussions qu'il a suscitées sur les réseaux sociaux et à l'intervention de personnalités populaires.<sup>4</sup> Cette hype a alors provoqué des ruptures d'approvisionnement du principe actif. Or l'indisponibilité du médicament peut avoir de sérieuses conséquences médicales pour les personnes diabétiques, puisque leur traitement médical doit être adapté. Les problèmes de pénurie favorisent en outre le marché noir et les achats sur internet, auprès de sources douteuses. Les falsifications sont donc en augmentation, de même que les risques de complications médicales sérieuses – des cas ont d'ailleurs déjà été observés en Suisse.<sup>5</sup> Au lieu du principe actif prévu, les contrefaçons contenaient des substances toxiques ou addictives ou même de l'insuline. Les victimes ont dû être hospitalisées en raison des effets potentiellement mortels de ces substances falsifiées.<sup>5</sup>

la même heure alors qu'on n'a pas faim. Ou lorsqu'en cas de stress, on mange pour se calmer. Les thérapies comportementales peuvent alors aider à changer ces habitudes en introduisant de nouveaux schémas comportementaux.<sup>4</sup>

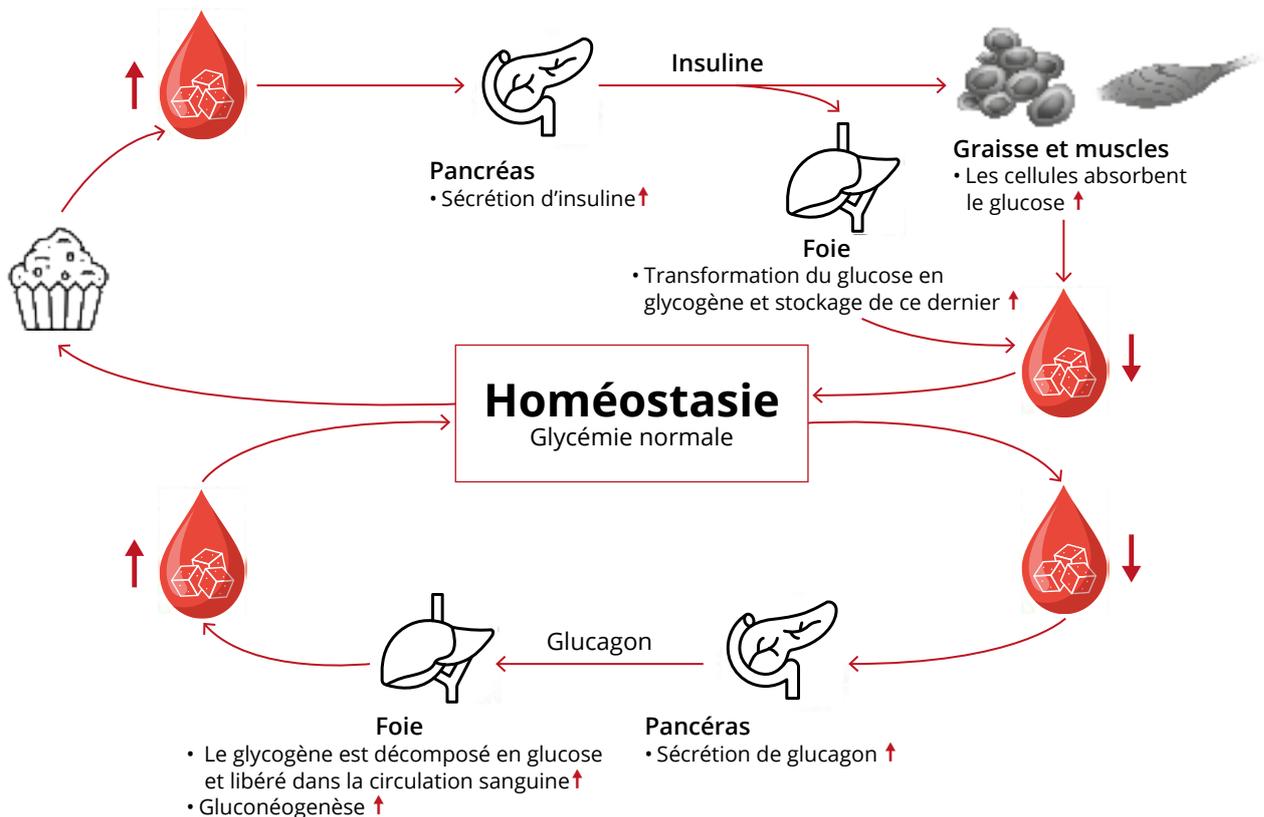
### Des opportunités potentielles

En Suisse, 42 % de la population est en surpoids (indice de masse corporelle [IMC] >25), dont environ 10 % des femmes et 12 % des hommes souffrent d'obésité (IMC >30). En cas d'obésité, la régulation de l'appétit, des comportements alimentaires et des sécrétions hormonales peut être troublée et la qualité de vie est impactée. Le traitement de l'obésité est important, car elle augmente significativement les risques de nombreuses et graves maladies.<sup>4</sup> Les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2, la stéatose hépatique, les dyslipidémies, les maladies cancéreuses, les calculs biliaires, l'arthrose et différentes maladies psychiques, comme les dépressions, peuvent

effectivement être des conséquences de l'obésité. On estime aussi qu'un IMC de 40 réduit la longévité d'environ 14 ans.<sup>4</sup> Une réduction de poids de 5% seulement permet déjà d'influencer positivement l'hypertension et l'hyperglycémie. Et une réduction de poids de plus de 15% peut suffire à amener une rémission du diabète.<sup>4</sup>

Les nouveaux médicaments peuvent aider les personnes concernées à perdre du poids et constituent une alternative à la chirurgie bariatrique. Selon des études, le liraglutide permettrait de réduire le poids d'environ 10% et le sémaglutide, plus efficace encore, de près de 16%.<sup>3</sup> Les deux réduisent les risques d'apparition du diabète.<sup>4</sup> Mais 20 à 25% des patients ne répondent pas au médicament – la raison de cette absence de réponse est encore inexplicée.<sup>3</sup> Certains médicaments avec les agonistes aux récepteurs GLP-1 sont spécialement autorisés pour l'indication diabète, d'autres spécialement pour l'indication obésité. Seuls les médecins peuvent prescrire les agonistes aux récepteurs du GLP-1 réservés au diabète en «off label use» pour le traitement de l'obésité.<sup>5</sup>

### Homéostasie glucidique



L'essor de ces médicaments vient de débuter. La recherche est en train de développer d'autres médicaments. Un nouveau principe actif est d'ailleurs disponible depuis peu pour l'indication diabète. Il combine les agonistes aux récepteurs du GLP-1 au peptide insulino-trope dépendant du glucose (GIP). Cette association augmente la consommation énergétique, ce qui amène à une réduction de poids pouvant atteindre 23%.<sup>3</sup>

## Autorisation

En 2016, Swissmedic a autorisé le liraglutide pour le traitement de l'obésité en Suisse.<sup>6</sup> L'autorisation du sémaglutide et du liraglutide est valable pour les personnes avec un IMC supérieur à 30 ou un IMC supérieur à 27 avec des maladies provoquées par le surpoids, comme le diabète, l'hypertension

ou la dyslipidémie.<sup>6,7</sup> Ces principes actifs sont autorisés en complément d'un régime hypocalorique, d'une activité physique accrue et d'autres critères.<sup>6,7</sup> Suivant les préparations, les injections sont quotidiennes ou hebdomadaires. Pour l'heure, seuls les coûts de la préparation avec le liraglutide sont pris en charge par l'assurance de base. Il faut arrêter le médicament si la perte de poids n'atteint pas un certain pourcentage du poids corporel initial après un traitement de 12 semaines.<sup>6</sup> L'assurance-maladie ne rembourse alors plus le médicament. Si

## Bon pour le cœur?

L'effet positif supposé des agonistes aux récepteurs du GLP-1 sur le cœur a aussi fait les gros titres. Des études montrent une réduction de certains risques cardiovasculaires.<sup>3,4,9,10</sup> Cet effet s'explique par la réduction de poids en elle-même.<sup>4</sup> Les indices indiquant que certains principes actifs auraient un effet positif supplémentaire font actuellement l'objet de recherches plus approfondies.<sup>10</sup>

Selon la loi sur les produits thérapeutiques, l'ordonnance sur la publicité pour les médicaments et l'ordonnance sur les dispositifs médicaux, la publicité destinée aux professionnels est exclusivement réservée au public spécialisé.



Résumé

## Tout le piment de l'article

- Les agonistes aux récepteurs du GLP-1 ont initialement été autorisés pour le traitement du diabète. Mais compte tenu de leurs effets amincissants, certains médicaments sont déjà autorisés pour le traitement de l'obésité depuis 2016 en Suisse.
- Ils constituent une nouvelle option thérapeutique qui aide les personnes en surpoids dans leurs efforts à perdre du poids. Mais ils ne sont pas des produits miracle pour un succès à long terme. Pour conserver le poids atteint au terme du traitement, il est essentiel d'optimiser son alimentation et de pratiquer davantage d'activité physique.
- Les médicaments sont soumis à ordonnance et le patient doit remplir des critères bien précis.
- La prudence est de mise: jusqu'à 25 % des personnes ne répondent pas au traitement pour perdre du poids – et les effets secondaires ne sont pas à sous-estimer.
- La hype a provoqué des problèmes d'approvisionnement, lesquels ont à leur tour favorisé la forte augmentation des médicaments falsifiés, aux effets secondaires dangereux, sur le marché.

la perte de poids correspond aux attentes, les patients doivent tout de même continuer de prouver à intervalles variables que la perte de poids prédéfinie en fonction de la situation a bien lieu, pour que le traitement puisse se poursuivre et que l'assurance de base continue de le prendre en charge. Seuls les médecins spécialisés peuvent prescrire le médicament, avec demande préalable d'une garantie de paiement pour la prise en charge des coûts par l'assurance. Actuellement, si la perte de poids correspond à l'objectif et que d'autres critères sont aussi respectés, le principe actif est pris en charge pendant au maximum trois ans par les assurances.<sup>6</sup> Nul ne sait encore ce qui se passe après trois ans. Certains médecins et scientifiques estiment que le traitement devrait parfois être à vie.

## Risques et effets secondaires

Ces médicaments présentent toutefois des effets indésirables non négligeables. Il s'agit souvent d'effets secondaires qui touchent le système digestif, comme des nausées, des vomissements, de la diarrhée, des douleurs abdominales et de la constipation, ainsi que des céphalées, des sensations de faiblesse et des vertiges.<sup>8</sup> Les effets secondaires plus sévères, comme des infections de la vésicule biliaire ou du pancréas, sont plus rares.<sup>8</sup> Pour minimiser ces effets secondaires, la dose de ces médicaments est initialement basse et augmente progressivement.<sup>3</sup>

Il est important que les patients qui prennent ces médicaments soient conscients que le principe actif à lui seul n'est pas garant d'un succès durable. Swissmedic l'indique déjà dans ses conditions pour la prescription. Optimiser l'alimentation, avec un accompagnement nutritionnel, et augmenter l'activité physique n'aide pas seulement à perdre du poids mais aussi à conserver le poids souhaité une fois atteint. Car le poids peut à nouveau augmenter après l'arrêt du traitement.<sup>3</sup> Conserver le poids atteint est alors un véritable défi. Si la personne se comporte de nouveau comme avant le régime, elle risque le fameux effet yoyo.<sup>4</sup> Et

le poids peut aussi augmenter après le traitement, même quand la personne poursuit son régime hypocalorique et maintient une activité physique accrue.<sup>11</sup>

Même si un traitement d'une durée maximale de trois ans est possible, seule une infime partie des patients prend ces médicaments aussi longtemps. Une étude montre qu'après une année, seuls 19 % des participants suivent encore leur traitement. Les raisons de ces arrêts prématurés sont actuellement à l'étude.<sup>12</sup>

Ces nouveaux médicaments amincissants constituent une option thérapeutique pour certaines personnes obèses, mais pas pour les personnes qui sont, subjectivement, en léger surpoids. Les études scientifiques manquent d'ailleurs à ce sujet. Outre ces médicaments, les personnes concernées doivent être motivées à changer d'alimentation et à pratiquer davantage d'activité physique. Même si les études aboutissent à des résultats positifs, il apparaît, en y regardant de plus près, que les difficultés et les arrêts de traitement sont nombreux. Qualifier ces médicaments de produits «miracle», comme le font souvent les médias, est donc largement exagéré. ■

➔ Vous trouverez la bibliographie complète ici

Selon la loi sur les produits thérapeutiques,  
l'ordonnance sur la publicité pour les médicaments  
et l'ordonnance sur les dispositifs médicaux,  
la publicité destinée aux professionnels est  
exclusivement réservée au public spécialisé.

# Les avantages d'une assurance de protection juridique

Beaucoup d'associations syndicales proposent automatiquement à leurs membres une assurance de protection juridique en matière de droit du travail et des assurances sociales et proposent des conditions avantageuses pour l'assurance de protection juridique multi. En quoi sont-elles utiles?

Regula Steinemann | Claudia Spätig

En tant que membre d'Employés Droguistes Suisse, vous bénéficiez automatiquement de l'assurance de protection juridique en matière de droit du travail et des assurances sociales et pouvez conclure une assurance d'assurance juridique multi à un prix avantageux (126 francs par année). Les conditions suivantes sont généralement valables: droit suisse applicable, for juridique en Suisse, valeur litigieuse minimale de 300 francs et affiliation depuis trois mois au moins à Employés Droguistes Suisse (délai d'attente à partir de la date d'adhésion). Pour être couvert, l'événement de base doit s'être produit après l'écoulement du délai d'attente. Les conditions générales d'assurance contiennent les informations détaillées sur les assurances de protection juridique (voir lien QR).



il bénéficiera de conseils juridiques. Avec notamment des informations sur ses droits et devoirs ainsi que sur la poursuite de la procédure. Par exemple: des formulations différentes pour le certificat de travail, qui correspondent aux prestations effectives du membre, et des conseils pour faire valoir sa prétention au pro rata du 13<sup>e</sup> salaire mensuel. S'il apparaît qu'un accord à l'amiable n'est pas possible et que l'intervention de l'association semble dépourvue de chance de succès, le cas est annoncé à l'assurance de protection juridique, pour autant que les chances de succès soient suffisantes.

L'assurance de protection juridique prend en charge les frais de justice, de procédure, d'avocat et autres frais nécessaires (par ex. frais d'experts), ce qui est utile, car un procès peut rapidement coûter très cher. Les conditions générales d'assurance précisent quels cas juridiques sont couverts, comme les litiges avec une assurance, une caisse-maladie ou une caisse de pension ainsi que les prétentions en dommages-intérêts extracontractuels vis-à-vis de l'employeur. Mais l'assurance de protection ne couvre d'autres cas juridiques spéciaux qu'à des conditions bien spécifiques. Ainsi, les coûts liés à une plainte en relation avec une infraction intentionnelle de la part d'un membre ne seront pris en charge qu'après son acquittement. Les procédures en matière de droit matrimonial sont aussi généralement exclues de la couverture d'assurance. ■



Regula Steinemann, avocate et directrice de «Employés Droguistes Suisse»

Cette page est ouverte à Employés Droguistes Suisse. L'avis de l'auteur ne doit pas coïncider avec celui de la rédaction et/ou de l'Association suisse des droguistes.

# Marché de l'emploi



Vous êtes à la recherche d'un emploi ou avez un poste à repourvoir? Vous trouverez toutes les offres dans notre Marché de l'emploi - en ligne. Offres actuelles: [www.drogistenverband.ch](http://www.drogistenverband.ch)



EMMEN | TEILZEIT 40-60% | UNBEFRISTET | 01.04.2024

## Drogist\*in EFZ (40%-60%) m/w/d

**Special Everyday** – das ist unser Versprechen, an dem wir unseren Service ausrichten. Mit den Werten Teamgeist, Agilität und Kunde, die unsere Arbeit prägen, machen wir Manor zum Nummer-1-Dmichannel-Warenhaus für das tägliche Leben. Fühlst du dich in einem dynamischen Umfeld wohl und suchst eine neue Herausforderung? Dann bist du bei uns genau richtig.

Für das **Derma Center in Manor Emmen** suchen wir per **01.04.2024** eine/n **Drogist\*in EFZ 40-60%**. Helfen Sie uns die Hautpflegekategorie für **alle Dermokosmetik-Marken, Vichy, La Roche-Posay, Avène, Cerave, Eucerin, Louis Widmer** zu entwickeln. Die Arbeitseinsätze sind vorwiegend **Mittwochs und Samstags**.

### DEINE VERANTWORTUNG

- Du berätst unsere anspruchsvollen Kundschaft kompetent im Tätigkeitsbereich.
- Du stellst die vollständige und optimale Produktpresenz sicher.
- Du betreust die zugewiesenen Warengruppen / Depots.
- Du empfangst Aussendienstmitarbeitende der Lieferanten.
- Du koordinierst und gewährleistest die Weiterleitung von Rayon-spezifischen Informationen an relevante Empfängergruppen.
- Du übernimmst Aufgaben des Qualitätssicherungssystems.

### DEIN PROFIL

- Du hast zwingend eine abgeschlossene Grundausbildung als Drogist\*in EFZ.
- Du hast bereits Berufserfahrung in einer gleichwertig anspruchsvollen Tätigkeit als Drogist\*in.
- Du stellst die Zufriedenheit der Kunden immer in den Mittelpunkt.
- Du verfügst über einen sauberen, sorgfältigen und kooperativen Arbeitsstil.
- Du sprichst fließend Deutsch und verfügst von Vorteil über Kenntnisse einer weiteren Landessprache.

### UNSER ANGEBOT

- Personalrabatte von 10 bis 25% auf alle Produktgruppen, inkl. Manora Restaurants und Food Märkte
- Aus- und Weiterbildungsprogramme für alle Stufen und Funktionen
- 5 bis 7 Wochen Ferien
- 3 Wochen bezahlter Vaterschaftsurlaub
- Übergangskarte für einen sanften Übergang in den dritten Lebensabschnitt
- Kostenlose, externe Mitarbeiterberatung zu betrieblichen und persönlichen Themen

### SPECIAL EVERYDAY – TAG FÜR TAG BESONDERS

#### INTERESSIERT?

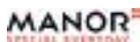
Dann freuen wir uns auf deine aussagekräftige Online-Bewerbung. Einfach auf den Button «Bewerben» klicken und los geht's! Papierbewerbungen können leider nicht bearbeitet werden. Diese Stelle möchten wir ohne Unterstützung von Headhuntern besetzen.

#### DEIN KONTAKT

Myriam Simon  
HR Recruiter

Jetzt bewerben unter: [www.jobs.manor.ch](http://www.jobs.manor.ch)

Die Manor AG mit Hauptsitz in Basel ist Schweizer Marktführerin im Sektor Warenhäuser mit einem Marktanteil von rund 60 Prozent. Insgesamt beschäftigt das Unternehmen rund 8000 Mitarbeitende und bildet jährlich ca. 250 Lernende aus. Die Manor AG betreibt 59 Warenhäuser, 27 Manor Food Märkte und 25 Manora Restaurants sowie 3 Verteilzentren.



Branchen Versicherung  
Assurance des métiers  
Assicurazione dei mestieri



## Einladung

Wir laden unsere Mitglieder zur

# 122. Generalversammlung

der Branchen Versicherung Genossenschaft ein.

**Mittwoch, 29. Mai 2024**

FIFA Museum, Zürich

### Programm

ab 10.00 Kaffee und Tee

11.00 – 12.00 Generalversammlung

12.00 – 13.30 Apéro und Stehlunch

Stimmberechtigte der Genossenschaft erhalten eine persönliche Einladung.

Branchen Versicherung Genossenschaft  
Sihlquai 255, Postfach, 8031 Zürich,  
T 044 267 61 61, [branchenversicherung.ch](http://branchenversicherung.ch)

Einfach sicher. Seit 1902.



Nouveau membre

Demande d'adhésion à une section et à l'ASD:

- **Section BE: Droga Drogerie Habegger, Gurten Apotheke AG, Susanne Bobillier, Seftigenstrasse 240, 3084 Wabern**

Les oppositions doivent être adressées dans les 14 jours à: ASD, Comité central, Rue Thomas-Wyttenbach 2, 2502 Bienne

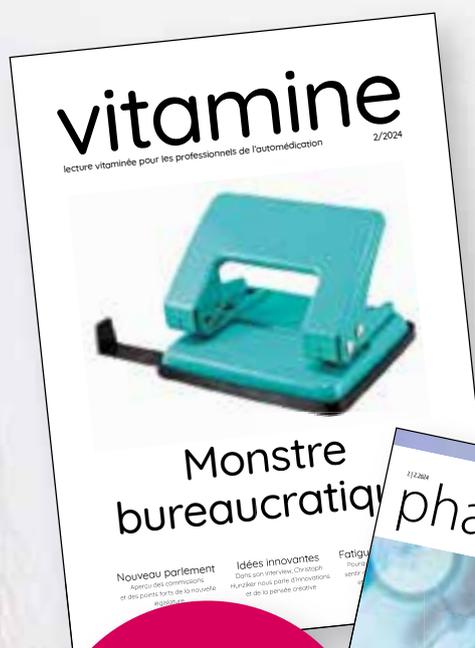


Nouvelle adresse?

Le changement d'adresse doit nous parvenir jusqu'au 10 du mois pour que nous puissions vous envoyer l'édition suivante à l'adresse souhaitée.

Veuillez communiquer votre changement d'adresse à: [info@drogistenverband.ch](mailto:info@drogistenverband.ch), téléphone 032 328 50 30

Le **combi d'annonces** qui vous permet d'atteindre l'ensemble du **personnel spécialisé** des **pharmacies** et des **drogueries** avec une seule commande.



**12000  
lectrices et  
lecteurs**

**vita**gate sa

**Réserver maintenant!**

**Tamara Freiburghaus**

032 328 50 54, t.freiburghaus@vitagate.ch

vitagate sa, Rue Thomas-Wyttenbach 2, 2502 Bienne