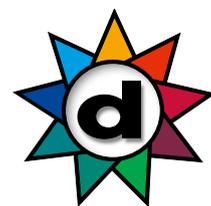


d-inside



Informations professionnelles et spécialisées de l'Association suisse des droguistes

MARS 2016



PRÉVENIR LES MALADIES CARDIOVASCULAIRES

**LES JOURNÉES DE SKI DES
DROGUISTES EN IMAGES**

**L'IMPORTANCE DU LANGAGE
EN ENTREPRISE**

**GARDER DES DENTS SAINES
JUSQU'AU 3^E ÂGE**

Bepanthen®

Sensiderm Crème

En cas de rougeurs et de démangeaisons cutanées

- Apaise l'eczéma, la névrodermite et les allergies cutanées
- Pour nourrissons, enfants et adultes
- Technologie régénérante à base de lipides lamellaires
- Sans parfum ni conservateur

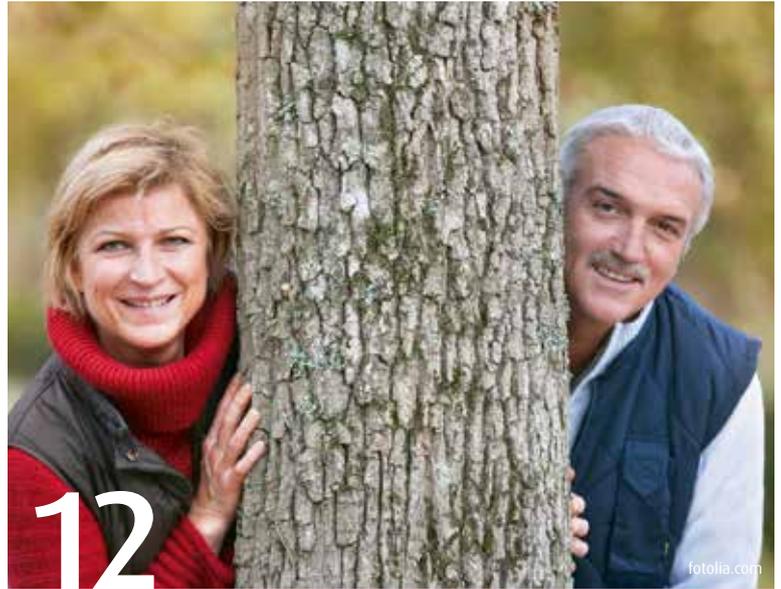


Pour de plus amples informations,
veuillez consulter
www.bepanthen.ch



Bayer (Schweiz) AG
8045 Zürich

Les problèmes cardiovasculaires font partie des maladies les plus fréquentes. La droguerie peut aider ses clients à réduire leurs risques.



- 4 **Journées de ski des droguistes 2016**
Créativité et travail d'équipe au programme des 47^{es} «DrogoBrain- & Snowdays»

- 7 **Soins des dents pour les enfants**

La branche se réjouit de la réussite de l'action «la petite souris»

- 8 **Les 150 ans de la Pharmacopoea Helvetica**

Genèse et histoire de cet ouvrage de référence



- 18 **Le langage au service de l'entreprise**

Les mots agissent aussi bien auprès des clients que des collaborateurs



- 20 **Interview de Michèle Boiron**

Cette ancienne pharmacienne parcourt le monde pour promouvoir l'utilisation de l'homéopathie en médecine

- 24 **Le danger des tiques**

Les températures remontant, les questions sur les tiques sont de nouveau de saison en droguerie

- 26 **Hygiène buccale**

Les bons soins pour garder des dents saines jusqu'à un âge avancé

- 30 **Les mites, hôtes indésirables**

Il est à nouveau temps de protéger les habits d'hiver contre les mites

- 31 **Marché de l'emploi**

IMPRESSUM D-INSIDE

Organe officiel de l'Association suisse des droguistes, case postale 3516, 2500 Bienne 3; info@drogistenverband.ch, www.droguerie.ch

Direction: Martin Bangerter; rédacteur en chef: Heinrich Gasser (hrg); rédacteur en chef adjoint: Lukas Fuhrer (lf); traduction: Claudia Spätig, Marie-Noëlle Hofmann; annonces: Heinrich Gasser (ad interim), inserate@drogistenverband.ch; conseils spécialisés: Julia Burgener (service scientifique), Andrea Ullius (responsable du développement de la branche); mise en page: Claudia Luginbühl; couverture: fotolia.com

Abonnements: Antonella Schilirò, téléphone 032 328 50 30, a.schiliro@drogistenverband.ch; ISSN 2297-1688; Fr. 75.-/an, 2^e abonnement Fr. 56.-, plus 2,5 % TVA.



ANGESTELLTE DROGISTEN SUISSE *d-inside* est le média d'«Employés Droguistes Suisse» Bureau et conseil juridique

LE POTENTIEL CRÉATIF DE LA BRANCHE DANS LA NEIGE

La 47^e édition des Journées de ski des droguistes s'est déroulée en janvier à Arosa. Cette année encore, les quelque 200 participants ont pu profiter d'un programme haut en couleur. Avec, en point d'orgue, une animation de groupe des plus créatives.

Le 50^e approche lentement mais sûrement. A Arosa, *Erich Müller*, qui organise les drogobrain-snowdays avec *Urs Schläpfer* et *Peter Heinzer*, a remarqué fort à propos: «Les journées de ski des droguistes deviennent de plus en plus vieilles et les participants de plus en plus jeunes.» Cet événement de la branche qui s'est déroulé du 20 au 24 janvier a en effet à nouveau réuni de très nombreux droguistes issus des dernières volées de l'ESD.

Avec leur activité de groupe, les organisateurs ont vraiment tapé dans le mille, en misant sur la créativité et l'habileté manuelle des participants. Lesquels ont dû démontrer leurs talents en menuiserie, peinture et travail du métal. Les résultats de ces créations d'équipe avec le bois, la couleur et le métal ont dépassé toutes les attentes. A tel point que l'hôte des droguistes et de leurs partenaires de l'industrie, le directeur de l'hôtel *Christian Zinn*, a

même acheté une des œuvres. Elle trônera désormais dans le lobby du Waldhotel National d'Arosa. Autre point fort des journées de ski des droguistes, la passionnante conférence du *Prof. Dr Felicitas Morhart* de l'Université de Lausanne. S'appuyant sur des exemples concrets et des exercices pratiques, elle a présenté différents styles de direction et autant de facteurs de motivation. >

| Andrea Ullius / trad: cs



Les participants à l'animation de groupe des journées de ski des droguistes ont été surpris par leur propre créativité: avec du bois, du métal et de la peinture, ils ont réalisé des



De bois et de clous: cette sculpture de bouquetin, animal héraldique des Grisons, trône désormais dans le lobby du Waldhotel National à Arosa.



Photos: Andrea Ullius

œuvres amusantes, colorées et insolites.

- 1 Le comité d'organisation des journées de ski des droguistes (de g. à dr.), Erich Müller, Peter Heinzer et Urs Schläfer, a de nouveau concocté un programme de haute tenue.
- 2 Les jeunes droguistes ont été très nombreux à suivre avec attention les explications du comité d'organisation. Grâce à la collaboration avec l'ESD, les journées de ski ont beaucoup rajeuni.
- 3-5 Développer des idées, discuter, créer: grâce à un formidable esprit d'équipe, les participants ont réalisé de très belles œuvres en seulement trois heures.



1



2



3



4



5

➤ EN SAVOIR PLUS

Vous trouverez ici toutes les images des journées de ski des droguistes 2016.

LA PETITE SOURIS A AMENÉ DE NOUVEAUX CLIENTS

La droguerie est une bonne adresse de référence pour tout ce qui concerne les soins dentaires chez les enfants. Plus encore après la campagne réalisée l'automne dernier avec Dr Wild & Co SA. Cette action a renforcé l'image des deux partenaires.

Les dents de lait ont besoin d'une attention et de soins particuliers. Promouvoir cette connaissance auprès de la population et positionner la droguerie comme l'adresse de référence pour les soins bucco-dentaires des enfants, tels étaient les deux objectifs principaux de la campagne de la petite souris menée par l'ASD et Dr Wild & Co SA en automne dernier. Et après un sondage auprès des drogueries participantes, le constat est clair: 70 % des points de vente ont remis des petites boîtes à dents, que les enfants pouvaient recevoir sur présentation d'un bon. «Les boîtes à dents ont été très bien accueillies», assure *Peter Dobler*, propriétaire des drogueries Dobler à Lachen et Wollerau (SZ). L'action a aussi convaincu *Peter Schacher*, propriétaire de la droguerie Impuls Städtli à Willisau (LU): «Ces boîtes étaient tellement prisées que nous avons dû commander deux ou trois paquets supplémentaires.»

Renforcer l'image de la droguerie et du fabricant La moitié des drogueries qui ont remis des boîtes à dents ont indiqué dans un sondage en ligne de l'ASD que cette action leur a permis de faire des ventes supplémentaires. «Les enfants venaient souvent chercher leur boîte à dents en compagnie de leur mère, qui en profitait alors pour acheter encore quelque chose», explique Peter Dobler. Et ce qui est encore plus important que les ventes supplémentaires: «Cette action a amené de nouveaux clients en magasin.» Dans le sondage, près de 60 % des drogueries ont indiqué avoir pu rencontrer de nouveaux clients grâce à cette campagne.

Pour l'entreprise Dr Wild & Co SA, la collaboration avec les drogueries et les monitrices dentaires scolaires a été un vrai succès, déclare le *Dr Andreas Hasler*, responsable marketing et distribution: «L'action a généré de nombreux contacts directs

entre les drogueries et les collaborateurs de notre service extérieur. Et cette action non commerciale a par ailleurs véhiculé une image très positive.» Et Andreas Hasler de pointer un autre objectif de la campagne: faire connaître les compétences de la droguerie en tant qu'adresse de référence et celles de Dr Wild & Co SA en tant que fabricant spécialisé de produits de soins dentaires pour enfants.

Pour les drogueries partenaires fidèles au fabricant spécialisé, la campagne a aussi porté ses fruits au niveau commercial. «Par rapport à l'année précédente, nous avons observé une nette augmentation des ventes de nos dentifrices pour enfants durant la période de l'action de la petite souris», assure Andreas Hasler.

Bonne information et bonne organisation

En automne 2015, l'ASD a envoyé plus de 45 000 boîtes à dents aux drogueries participantes. Les monitrices dentaires scolaires ont participé à l'action en Suisse alémanique et au Tessin: elles ont ainsi reçu des bons pour les boîtes à dents qu'elles ont ensuite distribués aux élèves des classes visitées. En Suisse romande, la collaboration avec les monitrices dentaires scolaires n'a pas pu se faire. Reste qu'il y avait toujours, pour tout le monde, la possibilité de télécharger les bons sur vitagate.ch. Ce qui a été fait près de 1000 fois, avec un effet secondaire bienvenu: une augmentation de la fréquentation de la plateforme de santé des drogueries.

Les drogueries ont aussi évalué positivement la communication relative à la campagne et la distribution des boîtes à dents. Près de 90 % des sondés ont répondu avoir été informés à temps et de manière complète. Conclusion générale des feedback de tous les participants, y compris des monitrices dentaires scolaires: les trois partenaires reprendraient volontiers part à une action similaire.

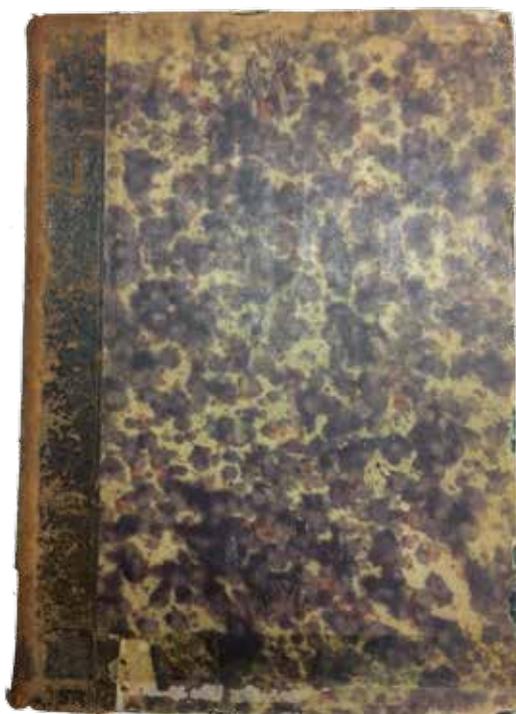
| Lukas Fuhrer / trad: cs



DR ANDREAS
HASLER,
DR WILD & CO SA

LA PHARMACOPÉE HELVÉTIQUE A 150 ANS

C'est en 1865 que la Société suisse de pharmacie a édité la première Pharmacopée helvétique. Au fil des ans, cet ouvrage qui avait été conçu initialement comme un «livre de recettes à l'attention des pharmaciens» s'est axé de plus en plus sur l'analyse des médicaments. Aujourd'hui, la Pharmacopée est un recueil de prescriptions de qualité ayant force de loi ainsi qu'un livre de référence.



238

Tinctura Aurantii composita.
Pomeranzenelixir.
Teinture d'écorces d'Oranges composée.
Tintura d'Arancio composta.

Synon: Elixir Aurantium compositum; Elixir viscerale Hoffmanni;
Elixir balsamicum stomachicum.

R. Corticium Aurantii concisorum partes quatuor, 4
Fructuum Aurantii immaturorum contusorum partes duas, 2
Vini malacensis partes quadraginta octo, 48
Spiritus vini diluti partes quatuor; . . . 4
macera per hebdomadem, exprime et in colatura solve
Extracti Absinthii, 1
 > Cardui benedicti, 1
 > Cascarillae, 1
 > Gentianae, 1
Natri carbonici depurati singulorum partem unam. 1

Seponatur per mensem; liquorem, postquam subsederit, decanta, aut, si opus erit, filtra.
Sit brunnea, non nimis turbida, odoris et saporis ingredientium genuini, aromatico-peramari.

La première pharmacopée helvétique est parue en latin en 1865.

Jusqu'au milieu du 19^e siècle, il n'existait pas de Pharmacopée helvétique officielle en Suisse. Comme dans d'autres pays, les Pharmacopées étaient des œuvres privées élaborées par quelques érudits. Selon les régions, on se référait à des Pharmacopées locales (par ex. Pharmacopoea Genevensis ad usum noscomiorum), cantonales (par ex. Farmacopoea ticinese et Pharmacopoea Sangallensis) ou encore étrangères (par ex. Pharmacopoea Borussia). Ce n'est que lors de l'adoption de la nouvelle Constitution fédé-

rale, en 1848, que la base légale d'une Pharmacopée suisse a été créée.

La Société suisse de pharmacie a alors publié la première *Pharmacopoea Helvetica* (Ph. Helv.) en langue latine en 1865, ouvrage que le Conseil fédéral qualifia de déterminant deux ans plus tard. Il fut ensuite adopté progressivement dans certains cantons, dont Berne, Bâle-Ville, Soleure, Saint-Gall, Fribourg et Glaris. Mais comme les *Simplicia* (comme on désignait les remèdes «simples à fabriquer») ne figuraient pas dans cette première édition

et que les autres prescriptions ne faisaient pas l'unanimité, on revenait encore souvent à la Pharmacopoea Borussia (Pharmacopée prussienne).

Pour cette raison, et aussi parce que la 1^{re} édition a été vite épuisée, la Société suisse de pharmacie a décidé de publier une nouvelle pharmacopée, comprenant également les «Simplicia». La *Pharmacopoea Helvetica Editio altera* est ainsi parue en 1872. Cette dernière rassemblait dans un premier temps uniquement les médicaments généraux en usage dans toute la Suisse,

tous les autres devant figurer dans un supplément à paraître. La même année, la Confédération décida d'adopter cet ouvrage pour les services de l'armée, et les cantons lui emboîtèrent le pas. Fin 1873, l'*Editio Altera* était utilisée officiellement dans tous les cantons à l'exception de Genève, Nidwald et du Tessin.

«Un progrès important dans le domaine de la pharmacie»

En 1894, la *Pharmacopoea Helvetica Editio tertia* a été adoptée comme la Pharmacopée officielle suisse. Elle n'était plus rédigée en latin, mais dans les trois langues officielles. Le Conseil fédéral déclara que cet ouvrage devait également faire loi pour les fournitures de médicaments à l'armée suisse ainsi que pour les décisions du Département fédéral des douanes, de la Régie fédérale des alcools et du Service fédéral de l'hygiène publique. Comme le canton de Glaris n'a pas introduit la Ph. Helv. III, ce n'est qu'en 1908 que le but de réaliser une pharmacopée reconnue dans toute la Suisse a été atteint avec la parution de la *Pharmacopoea Helveti-*

ca Editio quarta. «Une œuvre nationale de grande valeur, à la fois scientifique et pratique, qui constitue, au jugement des hommes les plus autorisés, un progrès important dans le domaine de la pharmacie», selon le Rapport de gestion 1907 du Département fédéral de l'intérieur.

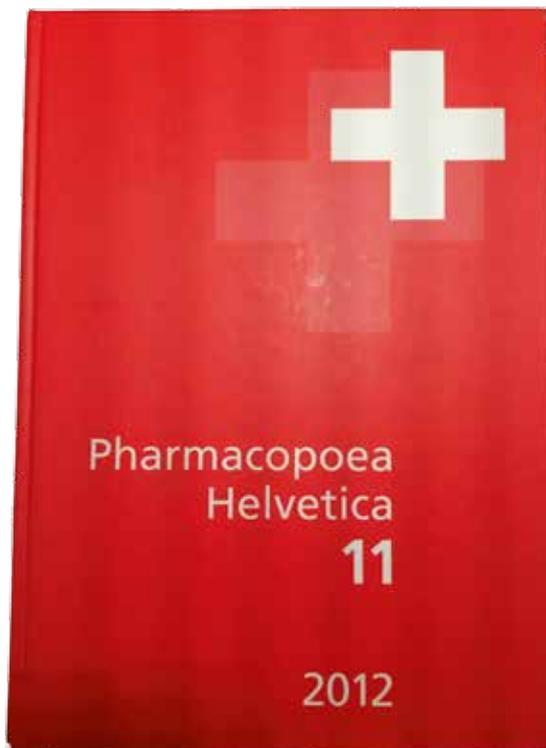
Au fil des ans, l'arsenal thérapeutique s'est rapidement développé et les méthodes d'analyse des médicaments se sont améliorées. Une volumineuse «Partie générale» a alors été rédigée, définissant les principes de base concernant la préparation, les méthodes d'analyse, ainsi que la conservation et la remise des médicaments. Des réactions limites pour l'essai de la pureté ainsi que des méthodes d'analyse physique et chimique pour la détermination quantitative des teneurs en principes actifs – selon les connaissances d'alors en matière d'analyse des médicaments – ont ainsi été introduites. A ce stade, une Commission fédérale permanente de la pharmacopée dotée de son propre laboratoire constituait la seule solution pour assurer l'évolution de la Pharmacopée. Le

Laboratoire fédéral de la Pharmacopée démarra ses activités en 1945, ce qui permit de créer les compétences et la stabilité requises pour traiter les questions relatives aux recueils de médicaments.

Harmonisation des pharmacopées nationales

En 1964, la Suisse a été l'un des huit Etats à signer la Convention relative à l'élaboration d'une Pharmacopée européenne (Ph.Eur.). La Suisse s'est ainsi engagée à collaborer à l'élaboration de la Pharmacopée européenne et à transposer dans le droit suisse les prescriptions de qualité établies. Les décisions juridiquement contraignantes de la Commission européenne de pharmacopée ont toutes été reprises progressivement dans la Ph. Helv. Comme la Ph. Eur. a évolué très rapidement (cinq ans seulement entre la 3^e édition en 1996 et la 4^e), la Commission fédérale de la Pharmacopée a décidé d'éditer à nouveau séparément les ouvrages suisses et européens, ce qui fut le cas en 1997 avec la *Pharmacopoea Helvetica* 8. >

Si elle reste disponible en version papier, la Ph. Helv. est désormais aussi accessible en ligne.



11.2/CH 29

Süsse Orangentinktur
Aurantii dulcis tinctura

Definition
Süsse Orangentinktur, aus frischen Orangenschalen (Aurantii dulcis flavedo recens) hergestellt, hat einen Trocknerückstand von mindestens 2,0 Prozent.

Herstellung
Orangenschale, Frische (1400) 100 g
Ethanol 70% 200 g
Die frische Orangenschale wird mit 200 g Ethanol 70% 24 h lang maceriert (1.4). Nach dem Abpressen wird die Extraktionsflüssigkeit 8 Tage lang zwischen 2 und 8 °C stehen gelassen und bei derselben Temperatur filtriert. Falls erforderlich können für die Filtration geeignete Hilfsstoffe verwendet werden.

Eigenschaften
Gelbe bis gelbbraune, klare Flüssigkeit mit kräftigem Geruch und Geschmack nach frischer Orangenschale.

Prüfung auf Identität
A. Dünnschichtchromatographie (2.2.27)
Untersuchungslösung: die zu prüfende Tinktur
Referenzlösung: 1 mg Kaffeelösung R und 2 mg Hesperidin R werden in 5 ml Methanol R gelöst.
Platte: DC-Platte mit Kieselgel R (2 bis 10 µm)
Flüssigmittel: Wasser R, wasserfreie Ameisensäure R, Ethylacetat R (10:15:75 v/v/v)
Auftrag: 10 µl, bandförmig (8 mm)
Laufstrecke: 6 cm
Trocknen: an der Luft
Deckschicht: Die Platte wird mit einer Lösung von Aluminiumchlorid R (10 g l⁻¹) in Ethanol 96% A bebandelt. Die Auswertung erfolgt im ultravioletten Licht bei 366 nm.
Ergebnis: Die Zonenfolge in den Chromatogrammen von Referenzlösung und Untersuchungslösung ist aus den nachstehenden Angaben ersichtlich. Im Chromatogramm der Untersuchungslösung können weitere, schwächer fluoreszierende Zonen vorhanden sein.

Prüfung auf Reinheit
Ethanolgehalt (2.9.10): 43 bis 51 Prozent (v/v)
Trocknerückstand von Extrakten (2.8.16): mindestens 2,0 Prozent (m/m)

Lagerung
Vor Licht geschützt. Kunststoffbehältnisse sind zu vermeiden.

Referenzlösung
Untersuchungslösung

Obere Plattenrand
Kaffeelösung: eine blaue fluoreszierende Zone
eine intensive, hellblaue fluoreszierende Zone
Hesperidin: eine grünlich fluoreszierende Zone
eine grünlich fluoreszierende Zone (Hesperidin)

Monographien

Die Allgemeinen Vorschriften der Ph. Eur. und der Ph. Helv. gelten für alle Monographien und sonstigen Texte
Ph. Helv. 11 – Supplement 11.2 257

La Pharmacopée helvétique sous sa forme actuelle

Le contexte de la Pharmacopée a continué de connaître d'importants changements. La loi fédérale sur les produits thérapeutiques et les dispositifs médicaux (LPTh, RS 812.21) est entrée en vigueur en 2002, remplaçant la loi sur la pharmacopée et les trois ordonnances correspondantes. Lors de la parution de la *Ph. Helv. 10*, en 2006, un CD-ROM a pour la première fois été joint à l'ouvrage, pour que les utilisateurs puissent décider eux-même de travailler avec la version imprimée ou la version électronique. En 2012, avec la 11^e édition, le CD-Rom a été remplacé par une version en ligne, qui permet d'accéder immédiatement aux textes en vigueur de l'ouvrage principal et du supplément. La version en ligne fournit par ailleurs des informations supplémentaires, telles que des

spectres de référence et des formulaires, ainsi que des illustrations de chromatogrammes. L'édition actuelle de la *Ph. Helv.* (état: supplément 11.2) regroupe aujourd'hui:

- différents chapitres informatifs avec des renvois vers la *Ph. Eur.*
- 9 méthodes générales
- 14 textes généraux
- 1 monographie générale
- diverses monographies individuelles:
 - 1 vaccin
 - 12 drogues végétales
 - 19 préparations à base de drogues végétales
 - 6 tisanes
 - 46 préparations
 - 22 substances chimiques

Du «livre de recettes» à la loi – qui utilise la Pharmacopée?

Si les premières éditions de la *Pharmacopoea Helvetica* étaient en quelque

sorte des «livres de recettes» destinés aux pharmaciens, et dans une certaine mesure aux médecins, qui leur permettaient de fabriquer des médicaments aux caractéristiques toujours identiques, le contexte a changé avec la production industrielle des médicaments. Il a dès lors été nécessaire qu'une autorité compétente analyse ces médicaments avec un regard critique avant de leur octroyer une autorisation de mise sur le marché. Outre les pharmaciens et l'industrie, l'autorité compétente a dès lors aussi été liée par les dispositions de la Pharmacopée.

Sous sa forme actuelle, la Pharmacopée a force de loi. En Suisse, elle est constituée de la Pharmacopée européenne, qui sert de base, et de la Pharmacopée helvétique, qui la complète. Elle rassemble des prescriptions de qualité relatives à des médicaments connus et



Holle

nouveau

**Amour,
sérénité,
Holle**

**Nouveau : la purée de fruits
banane et semoule bio Holle**
Plus de saveur fruitée pour les tout-petits

- ✓ La fine purée de banane offre un arôme fruité des plus intenses. Mélangée à la semoule, la purée aura une saveur vraiment unique.
- ✓ Purée de fruits bio adaptée aux bébés dès 6 mois.
- ✓ Plusieurs utilisations possibles : en tant que bouillie aux céréales et aux fruits, comme bouillie au lait ou bouillie au lait demi écrémé, peut être préparé avec du lait maternel ou encore sans ajout de lait.

Pour plus d'informations sur Holle et son assortiment, cliquez sur www.holle.ch

usuels et sert à tous ceux qui doivent analyser ou vérifier la qualité des médicaments, que ce soient les établissements industriels, les pharmaciens ou les laboratoires d'analyse indépendants.

Et finalement la Pharmacopée sert au patient: il doit pouvoir être certain que son médicament est de bonne qualité, sûr et efficace. Pour que le médecin, le pharmacien qui s'occupe de l'ordonnance et le patient puissent avoir confiance dans la qualité d'un médicament, la Pharmacopée décrit la qualité nécessaire de manière contraignante.

EN TANT QUE SPÉCIALISTE, VOUS POUVEZ PARTICIPER À L'ÉLABORATION DE LA PHARMACOPÉE

La Pharmacopée helvétique doit être adaptée en permanence à l'état actuel des connaissances scientifiques et techniques. Afin que cette garantie soit apportée, il est essentiel que les différents groupes d'utilisateurs participent au processus d'élaboration de ces normes.

La Pharmacopée est donc largement tributaire des avis des utilisateurs à propos des prescriptions de qualité nécessaires ainsi que de la collaboration de ces derniers à leur élaboration. Ce n'est qu'à cette condition qu'ils disposeront d'un ouvrage qui reflétera en permanence l'état actuel et qui fournira des prescriptions orientées sur la pratique.

Souhaitez-vous apporter votre pierre à cet édifice? Pensez-vous à une nouvelle monographie qu'il faudrait élaborer ou à une monographie existante qu'il faudrait réviser? Dans ce cas, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivante: www.swissmedic.ch/pharmakopoe

A quoi sert une Pharmacopée nationale?

La Pharmacopée suisse complète la Ph. Eur. Elle s'applique dans les cas qui ne sont pas couverts par les prescriptions européennes mais pour lesquels on a constaté un besoin au niveau national. Ainsi, certaines monographies de préparations, dont la composition et la prescription de fabrication sont spécifiques, ne sont pas prises en compte au niveau européen. Dans le domaine des phytomédicaments en outre, les traditions et les habitudes varient d'un pays à l'autre, de sorte qu'une réglementation nationale est nécessaire. Exemple: *l'extrait fluide titré de matricaire*, qui n'est pas repris dans la Ph. Eur. mais qui jouit d'une longue tradition en Suisse et qui fait par conséquent l'objet d'une monographie dans la Ph. Helv.

La Pharmacopée nationale contribue aussi massivement à une harmonisation de la réglementation relative aux exigences de qualité à travers le pays, notamment dans le domaine des préparations magistrales fabriquées par les établissements de remise, lesquelles ne sont pas soumises à l'obligation d'autorisation. En l'occurrence, les règles des Bonnes pratiques de fabrication de médicaments en petites quantités, entrées en vigueur en 2005, constituent un pilier reconnu et incontournable pour garantir la qualité des médicaments fabriqués sur la base d'une formule. Les prescriptions nationales peuvent par ailleurs faire office de travaux préliminaires importants et constituer un socle sur lequel sera élaborée une norme européenne commune au niveau de la Ph. Eur. De nombreuses prescriptions de la Ph. Eur. figuraient ainsi initialement dans la Ph. Helv. et ont été développées collégialement au niveau européen par la suite.

| Swissmedic / trad: cs

> EN SAVOIR PLUS

Vous trouverez ici les conférences données à l'occasion du 150^e anniversaire de la Pharmacopoea Helvetica (en allemand uniquement).

NOUVEAU MEMBRE

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

**Section: SG/TG/AR/AI
Drogerie Hermann Gais
GmbH**

Simon Hermann
Langgasse 24
9056 Gais

Les oppositions doivent être adressées dans les 14 jours à: ASD, comité central, case postale 3516, 2500 Bienne 3.

Les plantes médicinales contées par Claude Roggen



Droguiste passionné, botaniste émérite, conteur né et fin observateur, Claude Roggen raconte comme nul autre les plantes. Il a décidé de consigner ses précieuses connaissances dans un ouvrage à paraître au printemps 2016. Pour assurer la publication de ce livre intitulé «Les secrets du druide», qui présente 50 portraits de plantes médicinales, le droguiste lance une souscription à laquelle tous les passionnés de botanique sont invités à participer.

Souscription en ligne

PROTECTION EFFICACE DU SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE

Les maladies du système cardiovasculaire sont la première cause de décès au niveau mondial. Connaître les facteurs de risque permet de les combattre. La première mesure de prévention consiste à adopter un style de vie sain. Les droguistes peuvent donc aider leurs clients à réduire leurs risques.

Le cœur est le moteur de notre système cardiovasculaire. Jour après jour, année après année, il pompe sans relâche dans les vaisseaux le sang qui approvisionne les organes et le cerveau en oxygène. Le cœur pompe environ 7000 litres de sang par jour et bat, pour ce faire, près de 100 000 fois. Il exécute donc un travail de titan. Tant que le cœur et les vaisseaux sanguins sont sains, ils remplissent consciencieusement leur tâche. Mais un style de vie malsain fragilise tout le système. Devenu plus sensible, il peut connaître des «incidents» aux conséquences parfois fatales. Les maladies du système cardiovasculaire ne sont pas seulement en Suisse la première cause de mortalité mais aussi en Europe et dans le monde entier. Et cela concerne aussi bien les hommes que les femmes. En Suisse, 49 % de tous les décès sont dus à des maladies du système cardiovasculaire, comme les infarctus. La bonne nouvelle: neuf infarctus et accidents vasculaires cérébraux sur dix sont influencés par des facteurs que l'on peut mesurer et contrôler. Connaître les facteurs de risque est donc une condition essentielle pour les prévenir. Certes, il existe des risques, comme l'âge, le sexe et les prédispositions familiales, sur lesquels on ne peut rien faire. «Mais on peut agir sur la plupart des facteurs de risque, les éliminer ou les améliorer, par un comportement délibéré en faveur de la santé», écrit la Fondation suisse de cardiologie. Plus une personne cumule les facteurs de risque, «plus cela de-

vient dangereux», assure *Jürg Martin Brunner*, droguiste dipl. féd. de la droguerie Brunner Wellness à Zurich. «Le risque d'infarctus et d'accident vasculaire cérébral augmente de manière exponentielle.»

Des risques influençables et d'autres non influençables

Les maladies cardiovasculaires les plus fréquentes sont l'angine de poitrine, l'artériosclérose, l'hypertension et l'infarctus du myocarde (voir encadré page 16). Les principaux facteurs de risque sur lesquels on peut agir sont l'hypertension, le surpoids, l'hypercholestérolémie, le tabagisme, la consommation excessive d'alcool et le manque de mouvement. Jürg Martin Brunner recommande donc de «bouger modérément mais régulièrement», soit au moins 30 minutes par jour: marcher, faire du walking, du jogging ou vélo ou encore nager. Un léger entraînement de ce type convient aussi aux personnes qui ont déjà souffert d'un infarctus. Dans ce cas, il convient de discuter au préalable du programme d'entraînement avec son médecin. L'alimentation est aussi un important facteur de prévention des maladies cardiovasculaires. Le droguiste Jürg Martin Brunner prône «des aliments frais, complets, locaux, de saison et si possible bio». Il déconseille donc les produits précuisinés >

Bouger régulièrement, manger sainement et suivre les conseils de la droguerie permet de réduire les risques influençables des maladies cardiovasculaires.



Chardon-Marie en cas de troubles digestifs

Sensation de réplétion, renvois et ballonnements. Qui n'en a jamais été victime? allsan Chardon-Marie peut renforcer la fonction digestive et alléger les symptômes mentionnés.

Le Chardon-Marie contient des substances actives qui sont utilisées depuis des siècles pour soulager les troubles digestifs et améliorer la fonction hépatique. Les effets bénéfiques attribués à la plante sont dus au principe actif silymarine. Celui-ci est élaboré à partir des fruits du Chardon-Marie.



allsan Chardon-Marie aide en cas de sensation de réplétion, renvois ou ballonnements, en particulier après les repas riches en graisses.

- Les comprimés pelliculés contiennent un extrait standardisé des fruits de Chardon-Marie.
- L'extrait de Chardon-Marie, dont le composant principal est la silymarine, favorise le métabolisme hépatique et peut ainsi exercer un effet bénéfique sur l'activité digestive.
- Adultes : 1 comprimé pelliculé matin et soir après les repas. Le comprimé est petit et facile à prendre.

C : 35 mg d'extrait sec de fruits de Chardon-Marie, ajusté à 21 mg de silymarine (évaluée en silibinine). **I** : Troubles digestifs tels que sensation de réplétion, renvois et ballonnements, en particulier après des repas riches en graisses. **P** : Adultes : 2x1 après les repas. **CI** : Aucune connue. **Grossesse/allaitement** : Emploi seulement après consultation d'un professionnel de la santé. **EI** : Rarement : légère diarrhée, nausées. Emb : 100 et 300 comprimés pelliculés. **Liste D**. Pour des informations détaillées, voir swissmedinfo.ch.

BioMed[®]

Biomed AG, 8600 Dübendorf, www.biomed.ch
© Biomed AG. 09.2015. All rights reserved.

de l'industrie agroalimentaire. «Ils contiennent beaucoup trop de graisse et de sucres différents», assure-t-il. Y renoncer, c'est réduire les apports caloriques et ménager le corps. Enfin, consommer trop de sel est aussi mauvais. «Quand la concentration de sel augmente dans le sang, la quantité de liquide dans le système vasculaire croît aussi. Cela élève la pression artérielle, phénomène qui favorise, quant à lui, l'artériosclérose dans les vaisseaux sanguins. Or l'artériosclérose est responsable de nombreux accidents vasculaires cérébraux et infarctus», constate le *Prof. Michel Burnier*, médecin chef du service de néphrologie du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) à Lausanne et président du groupe spécialisé «Sel et santé».

bioflavonoïdes peuvent également protéger les cellules en raison de leurs effets antioxydants.

Le stress, sous toutes ses formes, peut favoriser l'hypertension. Et, selon l'American Heart Association, les adultes souffrant de diabète ont deux, voire quatre fois plus de risques de faire un accident vasculaire cérébral ou un infarctus. Près de 90 % des personnes contractent déjà le diabète de type 2 alors qu'elles sont encore jeunes. Ce qui peut impliquer d'autres risques, comme le syndrome métabolique.

| Anania Hostettler,

Dr sc. nat. Julia Burgener / trad: cs

➤ Page suivante: maladies cardiovasculaires les plus fréquentes

Des préparations végétales

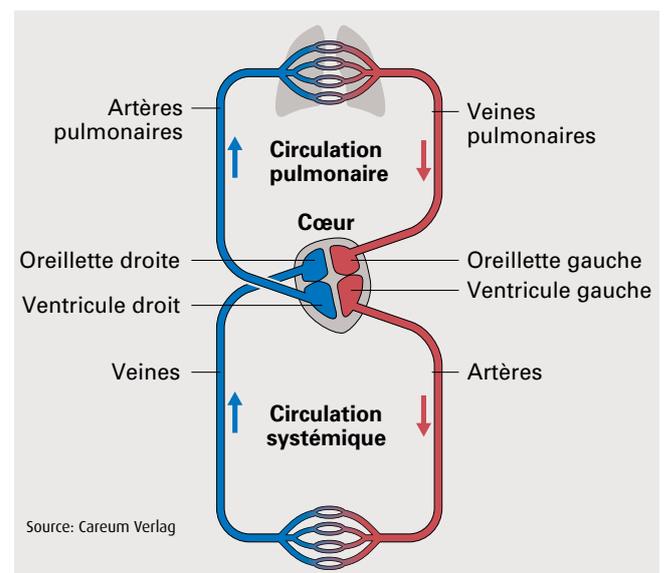
L'âge n'est évidemment pas un facteur sur lequel on peut agir, en revanche, on peut parfaitement soutenir le système cardiovasculaire des personnes âgées. Pour ce faire, le droguiste zurichois mise sur des préparations végétales à base d'aubépine, d'ail, de gui, d'ail des ours, de valériane, de passiflore et d'agripaume. En cas de troubles légers, il privilégie les essences spagyriques, «parce que l'on peut fabriquer des mélanges en fonction des besoins individuels». Les granules de gomme de guar et les substances amères contenues dans les artichauts, le chardon-Marie et la dent-de-lion aident à réduire le taux de cholestérol. En revanche, le droguiste recommande de consulter un médecin en cas de troubles chroniques ou aigus qui pourraient être en lien avec un problème cardiaque: des douleurs violentes dans la poitrine irradiant dans les épaules, les bras, ou des crises de tachycardie peuvent signaler de très sérieux problèmes.

Agir sur les addictions et le stress

Le tabagisme et la consommation excessive d'alcool font certes partie des facteurs de risque influençables. Mais on sait bien qu'il est difficile de renoncer à ces addictions. La droguerie peut cependant venir en aide aux clients prêts à faire le pas. «Les mélanges spagyriques ou les produits qui régulent l'équilibre acido-basique peuvent aider à éliminer plus vite les substances nocives, ce qui réduit l'envie», assure-t-on à la droguerie Stebler de Coire (GR). Les substances comme les vitamines A, C et E ainsi que la cystéine, les caroténoïdes ou les

LE FONCTIONNEMENT DU SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE

Le système vasculaire est le système de transport du corps, qui par le sang apporte de l'oxygène et des nutriments à toutes les cellules et évacue les produits de leur métabolisme. Le système sanguin (voir illustration) se compose de la grande circulation (circulation systémique) et de la petite circulation (circulation pulmonaire). La petite circulation part du ventricule droit, d'où le sang est expulsé vers les poumons via l'artère pulmonaire. Dans les poumons, le gaz carbonique (CO₂) du sang est éliminé lors de l'expiration tandis que l'oxygène est absorbé lors de l'inspiration. Le sang riche en oxygène passe par les veines pulmonaires pour atteindre l'oreillette gauche d'où il est propulsé dans la grande circulation par le ventricule gauche.



Source: Careum Verlag

Le sang est expulsé du cœur gauche dans l'aorte qui l'amène aux artères. Ces dernières se ramifient et deviennent de plus en plus fines. C'est au niveau des capillaires, les vaisseaux les plus fins, que l'oxygène et les nutriments passent dans les tissus et que pénètrent le CO₂ et les déchets du métabolisme. Le sang passe alors dans les veines pour être ramené dans le cœur droit.

APERÇU DES MALADIES CARDIOVASCULAIRES LES PLUS FRÉQUENTES

NOM	DÉFINITION	CAUSES, FACTEURS DE RISQUE	SYMPTÔMES TYPIQUES
Angine de poitrine (angor); constriction de la poitrine	Douleurs thoraciques soudaines dues à une mauvaise vascularisation (ischémie) du myocarde et donc un apport insuffisant d'oxygène au muscle cardiaque.	Rétrécissement des vaisseaux coronariens en raison d'une accumulation de lipides (athérome) ou de dépôts calcaires. Facteurs de risque: hypertension, hypercholestérolémie, tabagisme, diabète, surpoids, sédentarité, prédispositions familiales, maladies (par ex. des glandes thyroïdes).	Douleurs se manifestant généralement de manière soudaine derrière le sternum et qui peuvent irradier dans la cage thoracique, les bras, la mâchoire et le dos. Douleur sourde, constrictive, spasmodique, lancinante. La douleur peut aussi être ressentie comme une pression ou une brûlure.
Artériosclérose	Dépôts de lipides, de thrombus, de tissu conjonctif et de calcaire dans les vaisseaux sanguins qui rétrécissent peu à peu. Le phénomène se développe généralement sur des années. Il est asymptomatique. Sérieux risque de rétrécissement ou d'obstruction des vaisseaux pouvant causer un infarctus.	Phénomène naturel de vieillissement, formation de plaque Facteurs de risque non influençables: âge, sexe masculin, prédispositions héréditaires. Facteurs de risque influençables: manque de mouvement, obésité, tabagisme, hypercholestérolémie, diabète, hypertension, goutte.	Concerne: Aorte: troubles de la conscience, vertiges, accident vasculaire cérébral Vaisseaux coronariens: angine de poitrine, infarctus du myocarde Artères du bassin et des jambes: douleurs dans les jambes à la marche Hommes: impuissance
Hypertension	La pression sanguine dépend de la quantité de sang, de l'état des vaisseaux et de la puissance de pompage du cœur (par ex. âge). La valeur supérieure (systolique) correspond à la pression maximale (quand le cœur se contracte) et la valeur inférieure (diastolique) correspond à la pression la moins élevée (quand le cœur se relâche) au sein des vaisseaux.	On distingue l'hypertension primaire et l'hypertension secondaire. Cette dernière est acquise suite à par ex. une maladie chronique des reins ou des troubles hormonaux. Facteurs de risque: tabagisme, consommation chronique d'alcool, café, prédispositions héréditaires, âge, diabète (types 1 et 2), alimentation riche en sel et en graisse, stress, médicaments.	Se déroule souvent de manière asymptomatique, donc sans symptôme spécifique. Des troubles non spécifiques, comme des maux de tête, des saignements dans les yeux, des saignements de nez ou encore des vertiges ont été observés. A un stade avancé de la maladie, les vaisseaux sanguins, la rétine, le cœur, le cerveau et les reins peuvent être touchés. Facteur de risque pour l'athérosclérose, la démence, les maladies cardiovasculaires et l'insuffisance rénale.
Infarctus du myocarde	Obstruction d'un vaisseau coronarien par un caillot sanguin. Une partie du myocarde ne reçoit plus suffisamment d'oxygène et se nécrose. Les conséquences peuvent être fatales.	L'artériosclérose (calcification des artères) est une altération des vaisseaux sanguins. La calcification des parois des vaisseaux fait qu'ils perdent leur élasticité. Le diamètre des vaisseaux rétrécit de plus en plus. Le sang ne peut plus couler normalement, ce qui peut provoquer une obstruction des vaisseaux et un infarctus.	Douleurs aiguës et fortes, sensation d'oppression et de pression dans la poitrine qui peut irradier dans les bras, la mâchoire ou le ventre. Autres symptômes possibles: nausées, problèmes digestifs, détresse respiratoire, toux, accès de sueur, lividité, peur de mourir, perte de conscience et vertiges.



ESD-Cycle de formation 2016–18 Des perspectives pour l'avenir

Délai d'inscription pour le cycle 2016–18

Le délai d'inscription pour tous les candidat(e)s est fixé au **28 février 2016**.

Branches soumises à l'examen

Connaissance des médicaments, biologie, chimie, connaissance des plantes médicinales, gestion et vente y compris calcul commercial. Pour vous préparer à l'examen d'admission, vous recevrez des exercices sur CD-ROM.

Les titulaires d'une maturité professionnelle ou gymnasiale sont dispensé(e)s de l'examen d'admission.

Journée de discussion

Nous répondrons à toutes vos questions relatives à la matière de l'examen d'admission le jeudi 10 mars 2016.

Examen d'admission

Mercredi 23 mars 2016

Début du cycle 2016–18

Lundi 15 août 2016

Journée d'information cycle 2017–19

Lundi **31 octobre 2016**, 14h00–17h00.

Toutes les personnes intéressées sont les bienvenues.

ESD Ausbildungszyklus 2016–18 Eine Zukunft mit Perspektiven

Einschreibefrist für den Zyklus 2016–18

Die Einschreibefrist für sämtliche Kandidatinnen und Kandidaten ist der **28. Februar 2016**.

Prüfungsfächer

Arzneimittelkunde, Biologie, Chemie, Heilpflanzenkunde, Betriebs- und Verkaufskunde inkl. kaufmännisches Rechnen. Sie erhalten eine CD-ROM mit Übungsaufgaben zur Prüfungsvorbereitung. Kandidatinnen und Kandidaten mit Berufmaturitätszeugnis oder gymnasialem Maturitätszeugnis sind von der Aufnahmeprüfung dispensiert.

Besprechungstag

Wir beantworten Ihre Fragen zum Prüfungsstoff am Donnerstag, 10. März 2016.

Aufnahmeprüfung

Mittwoch, 23. März 2016

Beginn des Ausbildungszyklus 2016–18

Montag, 15. August 2016

Informationstag Zyklus 2017–19

Montag, **31. Oktober 2016**, 14.00–17.00 Uhr.

Alle interessierten Personen sind herzlich willkommen.

Prenez votre destin en main! Inscrivez-vous maintenant!

Nehmen Sie Ihre Zukunft in die Hand. Melden Sie sich jetzt an!

Inscription

à la journée d'information du **31 octobre 2016**

Name / Nom: _____

Adresse / Adresse: _____

E-Mail / Courriel: _____

Berufs- oder Fachmaturität / maturité prof. ou spécialisée

**Délai d'inscription pour la journée d'information:
jeudi 27 octobre 2016**

Weitere Information + Anmeldung an / Informations complémentaires et inscription à:

École supérieure de droguerie

Rue de l'Évole 41 2000 Neuchâtel Téléphone 032 717 46 00 Fax 032 717 46 09 cpln-esd@rpn.ch www.esd.ch

Anmeldung

für den Informationstag vom **31. Oktober 2016**

Vorname / Prénom: _____

PLZ Ort / NPA localité: _____

Telefon / Téléphone: _____

Gym. Maturität / maturité gymnasiale

**Anmeldeschluss für den Informationstag:
Donnerstag, 27. Oktober 2016**



DIRIGER AVEC PRESTANCE, CLARTÉ ET ESTIME

Le langage est un instrument de conseil central. Il agit sur les clients – mais aussi sur celui qui parle. Il faut être conscient des différents effets du langage pour l'utiliser de manière ciblée dans le conseil.

Nous vivons une ère de communication multiple. Nous utilisons notre langue tous les jours. Une langue apprise durant l'enfance et en général plus jamais remise en question. Souvent, nous sommes à peine conscients que notre propre langage fait partie de notre personnalité et peut considérablement varier de celui des autres. La manière de parler de notre entourage nous influence durant toute notre vie. Nous reprenons des mots et des constructions de phrases de nos proches et nous les approprions.

«Il faut vite
que j'aie le
chercher dans
le stock.»

«Nous l'avons
en stock. Je vais
le chercher pour
vous.»

Action subtile

Au fil des ans, nous nous sommes habitués à de nombreuses formules. Il est donc considéré comme normal de dire: «Ça, je ne le sais malheureusement pas», «Pouvez-vous vite venir, s'il vous plaît?», «Là, il faut que je demande à ma collègue». La plupart des gens autour de nous parlent ainsi. Très peu d'entre eux se rendent compte que les formules apprises pendant l'enfance et l'adolescence les empêchent de développer leur personnalité. Car un développement de la personnalité sans construction de son propre langage relève de l'impossible.

Parler en connaissance de cause et de manière attentive aide à la clarté et à marquer sa présence. En combinant cela avec une estime de notre interlocuteur, nous créons une atmosphère bienveillante et positive de vente qui nous aide à bien assumer les tâches de conseil.

Parfois, nous rencontrons des gens que nous écoutons volontiers et dont la manière de parler agit agréablement sur nous. Nous répondons volontiers à leurs demandes et nous suivons leurs récits avec intérêt. Généralement, ces personnes veillent à traiter leurs interlocuteurs avec estime. Souvent, nous n'identifions pas tout de suite les raisons pour lesquelles nous nous sentons considérés et attirés. Car le langage agit de manière subtile.

Chaque mot a des effets

Alors que nous pouvons souvent bien nous souvenir des contenus des discussions, nous ne sommes que peu sensibles à la forme parlée des discussions. Nous remarquons bien que quelqu'un parle sans écouter. Nous perdons patience quand notre vis-à-vis interrompt toutes les phrases pour en recommencer de nouvelles. Mais souvent, nous ne voyons pas tout de suite pourquoi la manière de parler d'une personne nous irrite. La construction des phrases échappe à notre attention. Nous ne sommes souvent pas non plus attentifs au vocabulaire que quelqu'un utilise. Mais chaque mot a des effets, toujours.

Les neuroscientifiques étudient depuis longtemps l'effet du langage et ont découvert ceci: les mots agissent, mais aussi les sons et cela fait que nous ressentons les mots comme agréables ou désagréables. La langue produit des émotions, positives et négatives. Nous pouvons commander ses effets jusqu'à un certain point en choisissant de manière consciente et ciblée un vocabulaire agréable et une construction de phrases positive.

«Devoir» et «vite»

Connaissez-vous des gens qui utilisent toutes les deux phrases «devoir» et «vite»? Avez-vous déjà entendu des paroles comme celles-ci: «Je dois vite aller dans la réserve et je dois encore faire la commande après»? Généralement, les personnes qui disent ça ne se rendent pas compte de la pression qu'elles se mettent avec de telles phrases et quel stress ces mots génèrent.

Les gens se compliquent beaucoup la vie avec «devoir» mais ils rendent aussi celle de leur entourage plus difficile. Au lieu de dire «je dois vite aller chercher ça à la réserve», on pourrait dire: «Nous l'avons en stock, je vais le chercher pour vous». Ainsi, la pression du «devoir» retombe en faveur d'une déclaration claire. La personne qui parle semble posée et décontractée plutôt que pressée et mise sous pression par les clients.

Les mots «devoir» et «vite» engendrent de la pression et du stress non seulement chez la personne qui parle mais aussi sur ses interlocuteurs. Qui entend avec plaisir qu'il «doit» faire quelque chose? Motiver les collaborateurs avec des mots comme «vous devez avoir terminé ça jusqu'à ce soir» ne fait qu'engendrer une résistance inutile. Il est plus agréable de terminer une tâche qu'on nous a confiée. Ainsi, si un supérieur dit: «Aujourd'hui, une grande livraison est arrivée, pouvez-vous ranger tout ça jusqu'à ce soir dans la réserve», le collaborateur comprend parfaitement ce qu'il doit faire, jusqu'à quand et pourquoi. Il se sent ainsi pris au sérieux et estimé.

Une présence vocale et de la clarté nous aident à communiquer avantageusement avec nos interlocuteurs. De petites adaptations du langage engendrent de grands effets.

Réapprendre la langue

C'est un défi de découvrir et de modifier sa façon de parler. Comme dans de nombreux aspects de notre vie, le changement commence par une prise de conscience. Il s'agit de faire attention avec systématique à l'usage des mots et à la construction des phrases. Pour commencer, il est utile de faire attention à ses tics de langage



et ses «mots préférés». «Devoir» et «vite», par exemple, sont étroitement liés. Si l'on commence à éviter «devoir», le mot «vite» disparaît généralement aussi de notre vocabulaire. Cela permet d'augmenter la clarté et la présence de manière considérable et les clients le ressentent de manière agréable.

Le langage dans le quotidien de la droguerie

Les droguistes utilisent le langage pour conseiller leurs clients. Il est donc utile de choisir son vocabulaire et ses constructions de phrase avec soin et de manière ciblée. Vous gagnerez ainsi en présence. Une communication ressentie comme agréable avec le droguiste a des effets positifs sur le déroulement de l'entretien avec le client.

Pour beaucoup de personnes, faire attention aux mots et à la construction de phrases de son propre langage est nouveau. Elles ont certes entendu lors d'un atelier de communication que «devoir» peut produire des effets désagréables sur les gens. Mais elles n'ont jamais appris à entendre «devoir» dans leur propre langage. Et beaucoup ne connaissent pas non plus leurs «mots préférés» et leurs tics de langage. Elles remarquent bien que l'entretien ne se passe pas très bien mais elles ne peuvent pas expliquer pourquoi.

On peut apprendre à utiliser la langue avec attention pour les entretiens avec les clients. De la prise de conscience au changement, il y a cependant du chemin à parcourir. Quand on fait le premier pas et qu'on se penche sur ses propres habitudes linguistiques, on est souvent étonné de ce qui se passe très vite. De petites adaptations produisent de grands effets. Car il y a une énorme force dans la langue – une force que nous pouvons utiliser à notre avantage au quotidien.

| Eva Woodtli Wiggenhauser / trad: mh

L'AUTEURE



EVA WOODTLI
WIGGENHAUSER

Eva Woodtli Wiggenhauser, lic. phil. I, est germaniste et formatrice pour le concept de langues et de communication Lingva Eterna®. Elle propose des ateliers, des conférences et du coaching individuel en allemand pour les entreprises et les institutions.

Prochain atelier à Benken (ZH): samedi 2 avril, renseignements et inscription: woodtli@wiggenhauser.ch, www.wiggenhauser.ch



«MON RÔLE, JE SUIS LA GLOBETROTTEUSE DE L'HOMÉOPATHIE»

Michèle Boiron sillonne le monde comme ambassadrice de l'homéopathie. Son père a fait connaître cette méthode thérapeutique en France et, aujourd'hui, Boiron est le premier fabricant de médicaments homéopathiques du monde.

Michèle Boiron, vous êtes la fille d'un des fondateurs des Laboratoires Boiron. Quel rôle l'homéopathie a-t-elle joué dans votre existence?

Michèle Boiron: Je suis née dans un baril de granules (*elle rit*). Evidemment l'homéopathie a accompagné toute ma vie. Parce que mon père, Jean Boiron, qui était un des fondateurs des Laboratoires Boiron avec son frère jumeau Henri, était passionné d'homéopathie. Et je n'ai jamais eu d'autres médicaments que des médicaments homéopathiques jusqu'à, je pense, 18 ans.

Quelle a été votre expérience thérapeutique la plus intense avec l'homéopathie?

Il n'y a pas d'expérience qui ressorte du lot, c'est quotidien. C'est tous les jours que je vois les résultats des médicaments homéopathiques sur beaucoup de maux quotidiens justement, les rhumes, les gripes, la toux, les problèmes de peau. Il y a deux sortes d'utilisation des médicaments homéopathiques pour moi, d'abord, justement en première intention, tout ce qui est bénin, qui n'est pas

dangereux pour l'organisme. Et ensuite, il y a tout l'accompagnement des traitements plus lourds. Même avec un traitement antibiotique, on prend des médicaments homéopathiques parce qu'on agit sur autre chose que le virus ou la bactérie. Car je considère beaucoup l'homéopathie comme une thérapie complémentaire. Pour moi, quotidiennement, je n'utilise que l'homéopa-

thie, et si j'ai un traitement plus lourd, je vais l'accompagner avec l'homéopathie.

C'est vrai que j'ai vu des choses extraordinaires avec l'arnica: la semaine dernière, la fille d'une amie a fait une chute de cheval, terrible, avec la face contre terre. Heureusement, elle n'avait rien de cassé, mais elle était très tuméfiée. Elle a tout de suite pris de l'arnica et deux jours plus tard, quand je l'ai vue, elle n'avait plus rien, plus rien du tout. Ça c'est un exemple qui parle.

Vous venez de Lyon, où se trouve le siège principal des Laboratoires Boiron. Aujourd'hui, je vous rencontre ici à Fribourg. Qu'est-ce que vous amène dans cette partie de la Suisse?

C'est notre équipe, qui est installée à Berne à la place de Genève où l'on était jusqu'à maintenant, qui a décidé qu'il fallait sortir des villes que l'on faisait habituellement, qui étaient Genève, Lausanne, Neuchâtel, pour aller vers le milieu de la Suisse. Je viens donc à Fribourg et à Martigny, aussi, pour faire des conférences. Hier soir, j'ai rencontré des droguistes et des pharmaciens et j'ai eu un accueil chaleureux, vraiment intéressé. Et il ressort des questionnaires que l'on fait remplir à la fin de la séance que les gens étaient contents d'entendre parler, on va dire simplement, d'homéopathie.

Votre déménagement à Berne a-t-il déjà eu des effets positifs?

Notre objectif est clairement de travailler sur le plan national, autrement dit d'atteindre les partenaires et la population de toute la Suisse. Raison pour laquelle notre équipe comprend désormais aussi bien des Alémaniques que des Romands, ce qui nous permet de surmonter la barrière linguistique. A Berne, nous sommes par ailleurs plus proches des associations de l'automédication, >

Michèle Boiron a exercé la profession de pharmacienne durant toute sa carrière. Elle a vendu sa pharmacie en 2005 pour prendre sa retraite. Aujourd'hui, la «globetrotteuse de l'homéopathie» visite de nombreux pays pour partager son expérience, participe à des congrès et écrit des livres. Autant d'activités que Michèle Boiron exerce indépendamment de l'entreprise familiale, où elle siège au conseil d'administration. L'entreprise, créée par son père, est aujourd'hui dirigée par son frère Christian Boiron et la vice-direction est assurée par Valérie Poinot.

COURS DE BASE «SAQ DROGUERIE»

Clients, pharmaciens cantonaux, inspecteurs des denrées alimentaires: la droguerie doit répondre à des attentes de plus en plus nombreuses dans le domaine de l'assurance qualité. Grâce au classeur SAQ droguerie, vous disposez d'un instrument qui vous aide à mettre en pratique les normes d'assurance qualité. Le cours de base «SAQ droguerie» vous présente les points essentiels en matière d'assurance qualité et vous montre comment mettre en place rapidement un système pratique et adapté aux besoins de votre droguerie.



Assurance qualité en droguerie: veillez à ce que vos connaissances et celles de votre équipe soient toujours à jour.

Public-cible:

- Les droguistes qui souhaitent introduire le système d'assurance qualité dans leur droguerie
- Les droguistes responsables de la qualité qui veulent apprendre à utiliser le classeur SAQ droguerie

Intervenants:

Tony Baranzini, Elisabeth Huber, Philipp Locher.

Thèmes principaux:

- Structure et logique du classeur SAQ droguerie
- Définition des priorités pour la mise en pratique des directives SAQ droguerie
- Adaptation des documents SAQ aux besoins spécifiques de chaque droguerie
- Préparation optimale de la droguerie à la visite du pharmacien cantonal
- Conseils pratiques concernant les domaines sensibles de l'assurance qualité

Date du cours: vendredi 8 avril 2016

Horaire: de 9 h à env. 16 h 30

Lieu: Ecole supérieure de droguerie,
Rue de l'Évole 41, 2000 Neuchâtel

Coûts: CHF 100.– (TVA et repas en sus)

Délai d'inscription: **20 mars 2016**

Inscriptions: Vous pouvez vous inscrire en ligne sur https://teampro.drogistenverband.ch/index_f.html, par fax (032 328 50 31) ou par e-mail à kurse_cours@drogistenverband.ch.

Après échéance du délai d'inscription, nous vous enverrons une lettre de confirmation avec des informations détaillées sur le cours ainsi que la facture.

Formation continue obligatoire: Les participants reçoivent 4 points de formation continue.

comme l'Association pour les médicaments de la médecine complémentaire ASMC ou de l'Association suisse des spécialités pharmaceutiques grand public ASSGP. Cela facilite le travail.

Vous êtes aujourd'hui à la retraite et voyagez de par le monde pour promouvoir la place de l'homéopathie. Vous étiez déjà une référence en la matière lorsque vous étiez pharmacienne. Pouvez-vous nous retracer votre parcours?

Après mes études de pharmacie, je suis allée travailler dans l'officine de ma maman à Lyon. Il y avait le Laboratoire Boiron, qui était celui de mon père, et puis il y avait la pharmacie Boiron, qui était à ma maman et qui n'avait que des médicaments homéopathiques. C'est un peu frustrant, quand on est jeune diplômée de pharmacie... Au bout de dix ans, je suis partie et j'ai acheté une petite pharmacie à Bron, en périphérie de Lyon. Là, il n'y avait pas du tout d'homéopathie. J'ai vu arriver des mamans toutes les semaines avec des antibiotiques pour leur bébé et je me disais: mais c'est pas possible, de donner des antibiotiques pour tout et pour tout le monde. J'ai commencé à dire aux mamans d'essayer d'abord pendant quelques heures des médicaments homéopathiques avant de passer aux antibiotiques si vraiment ça ne marchait pas. Certaines m'ont fait confiance et grâce à elles la pharmacie est devenue de plus en plus la référence homéopathique du secteur. Donc les gens venaient de loin pour avoir des conseils en homéopathie. Au bout de dix ans, maman m'a rappelée et j'ai accepté à condition qu'elle prenne aussi des médicaments allopathiques. Il y a eu des discussions, surtout avec mon père, mais ça s'est fait. C'est pour vous dire que je pense que c'est très important d'avoir tout l'arsenal thérapeutique à disposition et de ne pas être sectaire, comme c'était très souvent le cas à l'époque. Il y avait autant de sectarisme d'un côté que de l'autre. Aujourd'hui, ce n'est plus le cas et des gens utilisent intelligemment les médicaments à leur disposition de la médecine allopathique et de la médecine complémentaire.

Boiron est présent sur quatre continents et dans de nombreux pays. Les gens ont-ils une autre approche de l'homéopathie en fonction de leur culture?

En France, plus de la moitié des gens utilisent les médicaments homéopathiques. Mais cela ne veut pas dire que tous sont persuadés des bons effets de l'homéopathie. Mais c'est vrai qu'on a plutôt un retour positif. Par contre, il y a des pays où c'est beaucoup plus difficile. Ce sont souvent des lobbies qui se mobilisent contre l'homéopathie, comme en Pologne. Je crois que l'homéopathie ne laisse pas indifférent. Mais dans l'ensemble, l'idée de prendre des médicaments naturels ne peut que progresser.

Comment percevez-vous les Suisses: pour ou contre l'homéopathie?

Je suis agréablement surprise par l'accueil que j'ai ici. Les gens sont ouverts, sportifs et font attention à leur santé. La Suisse est un pays magnifique pour l'homéopathie. Je vois la progression en Suisse depuis que je viens et l'importante transformation des mentalités ces dernières années.

MICHÈLE BOIRON

«La Suisse est un pays magnifique pour l'homéopathie.»

Aujourd'hui encore, tout le monde n'est pas persuadé de l'efficacité de l'homéopathie. Quelle est la situation au niveau scientifique: y a-t-il des

preuves de son efficacité?

Il y a quelques années, nous avons fait procéder à la plus grande étude pharmaco-épidémiologique qui a été faite en France, qui s'appelle EPI3. Cette étude, sur l'homéopathie en France, s'est déroulée de 2007 à 2010 et a mobilisé plus de 8000 patients et 800 médecins. Nous nous sommes concentrés sur trois cohortes: les pathologiques ORL, les troubles anxieux et le sommeil et les troubles musculo-squelettiques. Les résultats ont été positifs: les maladies traitées par homéopathie sont les mêmes que celles traitées par allopathie et il n'y a pas eu de pertes de chance d'un côté comme de l'autre. Les résultats de cette grande étude ont été publiés au fur et à mesure dans différents journaux.

Comment le milieu spécialisé a-t-il réagi?

Les résultats ne sont pas une révolution: on ne convainc jamais les gens qui ne veulent pas être convaincus, même avec des études. On l'a fait plus pour nous, parce que nous avons besoin de savoir si nous étions vraiment dans la bonne direction.

| Interview: Lukas Fuhrer / trad: cs

L'interview a été réalisée en français. Traduction simultanée: Maria Neversil.

LES DANGERS DES TIQUES

Dois-je me faire vacciner? Comment puis-je prévenir les piqûres de tiques? A peine les températures remontent-elles que les questions sur les tiques sont de retour en droguerie.



La tique connaît trois stades (de g. à d.): en haut, une larve et une nymphe, dessous un adulte mâle et une adulte femelle. Tout à droite, une tique gorgée de sang. Elle peut atteindre cent fois son poids de départ.

La prévention et le traitement des piqûres de tiques sont des thèmes qui reviennent chaque année dans le conseil quotidien en droguerie. Le département pour les sciences de la vie et la gestion des ressources de la Haute école zurichoise en sciences appliquées (ZHAW) a développé une application intéressante qui peut être très utile, pour le conseil en droguerie également. Mais commençons par les tiques elles-mêmes.

Présence et développement des tiques

Les tiques sont présentes jusqu'à une altitude de 1500 mètres environ partout en Suisse. Elles vivent principalement dans les zones humides des forêts offrant des sous-bois denses faits d'herbes, de buissons ou d'arbustes. C'est pourquoi on trouve rarement les tiques dans les jardins et les parcs bien entretenus qui ne se situent pas à proximité immédiate de forêts. En général, les tiques vivent sur des plantes basses (max. 1,5 m de hauteur) et attendent de se faire emporter par un hôte passant à proximité. Ces hôtes peuvent être des rongeurs, des oiseaux, des animaux sauvages plus grands ou des animaux domestiques, ainsi que l'homme. Les

périodes pendant lesquelles les tiques sont actives varient d'année en année selon les conditions climatiques, mais la saison dure grosso modo de mars à octobre.

On connaît quelque 800 sortes de tiques dans le monde. En Suisse, la plus courante est l'espèce appelée *Ixodes ricinus*.

Pour se développer, les tiques doivent aspirer du sang une fois à chaque stade de leur vie: larve, nymphe et adulte. La grande différence réside dans la durée du processus. Cela va de deux à trois jours chez la larve à sept à onze jours pour la femelle adulte. Le poids du parasite peut alors centupler. Les tiques percent la peau avec leur trompe, le rostre, et elles s'accrochent solidement grâce à de nombreux barbillons et sont alors difficiles à enlever. En outre, les tiques sécrètent une substance anesthésiante quand elles piquent et la piqûre passe donc souvent inaperçue.

Maladies transmises par les tiques

Il y a chaque année environ 20 000 consultations médicales suite à des piqûres de tiques. Les tiques peuvent transmettre différents agents pathogènes

à l'homme. On connaît bien la bactérie *Borrelia burgdorferi* et le virus qui peut provoquer la méningo-encéphalite verno-estivale (FSME). Dans l'ensemble de la Suisse, 5 à 50 % des tiques suivant les régions sont infectées par la bactérie. Elles contaminent chaque année entre 6000 et 12 000 personnes avec la maladie due à cette bactérie, la borréliose de Lyme. La borréliose peut être traitée avec des antibiotiques et peut être totalement éliminée si elle est diagnostiquée à temps.

La situation est plus compliquée avec la FSME. Les données sur la répartition sont peu précises. Entre 100 et 250 cas d'encéphalite à tiques sont enregistrés chaque année. Mais la maladie reste souvent ignorée. Les personnes atteintes souffrent de symptômes grippaux comme des maux de tête, de la fièvre, de la fatigue ou des troubles articulaires qui apparaissent pendant la première phase de la contamination, sans qu'elles fassent le lien avec la piqûre. Comme c'est le cas avec une légère grippe, les symptômes disparaissent généralement après

quelques jours et, pour la plupart des gens, la maladie se termine ainsi. La plupart des gens sont alors vraisemblablement immunisés pour toute la vie. Pour 5 à 15 % des cas, la maladie passe dans une seconde phase, une inflammation des méninges. Chez les enfants, la FSME passe généralement inaperçue ou elle est sans séquelles. Pour les adultes à partir de 40 ans, la maladie a tendance à évoluer de manière plus virulente et peut même conduire à la mort.

Monitoring des tiques grâce à chacun

Plus les données sont précises, mieux vous pouvez conseiller vos clients. L'Office fédéral de la santé publique propose des **cartes avec les zones de contamination** des deux maladies. Mais comme toutes les piqûres de tiques ne sont pas annoncées, les données sont lacunaires. La nouvelle application de la ZHAW vise à remédier à cette situation. Son but est de mettre à disposition des informations utiles sur les piqûres de tiques. Elle répond à des questions comme «Que faire quand une tique m'a piqué?». L'appli propose également un journal pour noter la date de la piqûre et des recommandations de manipulation.

L'application est disponible depuis 2015 pour les iPhones et le sera pour les appareils android dès le printemps 2016. Les premières expériences montrent que les tiques sont un thème porteur. Ainsi, l'application a été installée sur 26 500 smartphones la première année, à mettre en parallèle avec l'activité croissante des tiques. Les utilisateurs ont saisi au total 2100 piqûres de tiques pour l'ensemble de la saison 2015. Selon *Werner Tischhauser* de la ZHAW, ils ont ainsi contribué de manière importante à ce qu'on appelle les sciences citoyennes, à savoir le monitoring par des amateurs, et améliorent ainsi la signifiante des cartes de potentiel de dangers des piqûres de tiques. Cela peut aussi être extrêmement utile en droguerie. Vous saurez ainsi encore plus précisément ce qui se passe autour de chez vous et pourrez utiliser ce savoir supplémentaire de manière ciblée pour conseiller vos clients.

| Flavia Aeberhard / trad: mh

SE PROTÉGER DES TIQUES

On peut prévenir les piqûres de tiques avec des mesures simples et connues. Mais il est aussi utile de les rappeler à sa clientèle dès que les températures passent au-dessus de 8°.

- Les tiques ne piquent que la peau nue. Mieux vaut donc porter des vêtements longs pour se protéger. De préférence clairs afin de voir les tiques qui se promènent dessus. Porter aussi des chausures et des chaussettes par-dessus les pantalons. Les enfants devraient également porter un chapeau ou une casquette.
- Nul besoin de se faire du souci si l'on marche sur de larges chemins forestiers. Les tiques se cachent dans les taillis, sur le bord des chemins, dans les buissons et les hautes herbes. Si l'on passe dans de telles zones, il faut ensuite s'examiner avec soin pour rechercher des tiques.
- Les tiques peuvent aspirer du sang partout sur le corps et s'y promènent à la recherche du

meilleur endroit pour piquer. Elles apprécient particulièrement des zones comme le creux des genoux, l'intérieur des cuisses ou les aisselles. Mais elles peuvent aussi se fixer sur les bras, la racine des cheveux ou le dos.

- Les répulsifs contre les tiques protègent la peau facilement accessible. Si on les applique sur la peau et les vêtements, on réduit considérablement le risque de se faire piquer par une tique.
- Il faut toujours enlever les tiques avec une pincette ou une pince à tique et ne pas utiliser des produits comme de l'huile. Le mieux est de la saisir le plus près possible de la tête et de la tirer.
- Il faut ensuite noter la piqûre et surveiller l'endroit piqué les jours suivants.
- Si un constate un gonflement ou une rougeur autour de la zone, il faut absolument envoyer le client chez le médecin. De même en cas de nausées, de fièvre ou de symptômes de paralysie.

➤ EN SAVOIR PLUS

L'application de la Haute école zurichoise en sciences appliquées (ZHAW) collecte des données des utilisateurs pour pouvoir déterminer plus précisément le danger des tiques dans les régions.

UNE BONNE HYGIÈNE DENTAIRE AMÉLIORE LA QUALITÉ DE VIE

La prévention en matière de santé bucco-dentaire connaît un franc succès en Suisse. L'hygiène dentaire passe ainsi par l'utilisation assidue de dentifrices, brosses à dents, fils dentaires et autres solutions de rinçage. Le soin systématique des dents permet de garder une bonne qualité de vie jusqu'à un âge avancé.

La sagesse populaire veut que pour être belles, les dents doivent être saines. La population suisse tient donc beaucoup à avoir une belle dentition et des dents soignées. Selon la Société suisse des médecins-dentistes (SSO), les frais de soins dentaires s'élèvent ainsi en moyenne à 41 francs par mois et par personne. «Ce montant a toujours un peu augmenté au cours des dernières années», constate

80 % fidèles à la brosse à dents manuelle. Les hommes ont plutôt tendance à se servir des brosses à dents classiques tandis que les femmes privilégient les variantes électriques. Quant au fil dentaire, il connaît plus de succès outre-Sarine et auprès des femmes de 30 à 49 ans. Les femmes font d'ailleurs aussi plus usage des solutions dentaires. La moitié de la population se brosse les dents deux



Pratiquer les bons gestes permet de préserver la santé des dents. La prise de conscience de l'importance de la prévention n'a cessé d'augmenter ces dernières années.

Marco Tackenberg, porte-parole de la SSO. Et les Suisses dépensent encore 26 francs par an pour des produits d'hygiène dentaire. Le dentifrice et la brosse à dents manuelle sont de loin les principaux produits d'hygiène dentaire, suivis par le fil dentaire, la solution dentaire et la brosse à dents électrique. Selon un sondage de la SSO auprès du public, 19 % des sondés utilisent une préparation aux fluorures, comme du gel, de la gomme à mâcher ou des bonbons, et 12 %, des brossettes interdentaires.

16 % des hommes ne se brossent les dents qu'une fois par jour

Ce sondage de la SSO montre aussi que les produits d'hygiène bucco-dentaire s'utilisent différemment en fonction des régions, du sexe et de l'âge. Ainsi, les Suisses alémaniques utilisent plus souvent des brosses à dents électriques ou soniques que les Tessinois et les Romands, lesquels sont à

fois par jour. Les hommes sont un peu à la traîne en la matière: 16 % d'entre eux (6 % des femmes) ne se brossent les dents qu'une fois par jour ou seulement occasionnellement. «La notion de prévention a considérablement gagné en importance ces 30 dernières années», souligne Marco Tackenberg. Le soin systématique des dents et l'hygiène dentaire ont eu des effets positifs sur le maintien des dents jusqu'à un âge avancé. «De plus en plus de personnes âgées ont encore leurs dents naturelles», confirme Marco Tackenberg.

Des soins importants jusqu'au 3^e âge

«Soins bucco-dentaires pour les aînés – meilleure qualité de vie», écrit la SSO dans son magazine pour les patients. Avec une bonne hygiène buccale, une alimentation saine pour les dents et l'apport de fluorures, il est possible de prévenir certaines maladies, comme la carie des collets ou la parodontite. Mais il

DES OUTILS POUR SAISIR LA PLAQUE AU COLLET

Brosses à dents manuelles

La plupart des brosses à dents du commerce satisfont aux exigences scientifiques. Les principaux critères:

- Les poils doivent être souples ou medium et synthétiques. Les poils naturels sont des bouillons de culture pour les bactéries et donc pas hygiéniques.
- Le bout des poils doit être légèrement arrondi afin de ne pas blesser les dents et les gencives.
- Les brosses aux poils extra-souples et coniques conviennent bien en cas de problèmes gingivaux.
- Les brosses avec une tête courte permettent de bien nettoyer toutes les dents, même celles du fond.
- Il faudrait changer de brosse à dents tous les deux à quatre mois, dès que les poils commencent à se déformer.

Brosses à dents électriques

Les brosses à dents électriques modernes permettent un nettoyage plus efficace que n'importe quelle brosse manuelle. Les brosses à dents soniques dotées de trois têtes permettent le nettoyage simultané de trois surfaces des dents (surface de mastication, faces interne et externe). Ces brosses ont un effet qui dépasse celui des seules brossettes, elles assurent ainsi l'hygiène des espaces interdentaires, trop souvent négligés, ainsi que des angles morts des appareils dentaires. Les brosses soniques à trois têtes sont particulièrement indiquées pour les personnes qui ne peuvent atteindre un résultat satisfaisant avec une brosse à dents manuelle, telles que les enfants, les aînés ou les personnes handicapées.

Dentifrices

Le dentifrice complète l'action mécanique de la brosse pour éliminer

la plaque et il contribue, grâce aux fluorures et autres principes actifs, à prévenir les caries et l'inflammation de la gencive. Les principaux critères:

- Vérifier la présence d'autres principes actifs, notamment antibactériens ou anti-inflammatoires.
- Si les collets sont à nu, les dentifrices qui blanchissent les dents risquent d'être trop abrasifs.

Fil dentaire, cure-dents, brossettes interdentaires

Une grande partie des problèmes dentaires apparaissent dans la zone interdentaire. La brosse à dents ne permet pas de déloger la plaque qui s'y installe. Il y a toutefois diverses solutions pour nettoyer quotidiennement ces endroits à risque:

- Le fil dentaire. Expliquer aux clients comment l'utiliser correctement.
- Les cure-dents. Il s'agit en fait de bâtonnets de bois tendre et de section triangulaire
- Pour les espaces interdentaires larges, on peut utiliser du fil dentaire à section variable ou des brossettes interdentaires.

Solutions dentaires

Les solutions atteignent toutes les surfaces de la cavité buccale. Elles s'utilisent en complément des autres mesures d'hygiène dentaire. Les solutions médico-dentaires contiennent des fluorures en faible concentration qui agissent sur l'émail des dents. On trouve également des solutions avec des principes actifs antibactériens. Les grattoirs à langue, qui éliminent les résidus bactériens, ainsi que l'utilisation de brossettes interdentaires ou de fil dentaire permettent en outre de lutter contre la mauvaise haleine.

Source: Société suisse des médecins-dentistes SSO

n'est pas toujours aisé pour les personnes âgées de réaliser les gestes d'hygiène bucco-dentaire. Elles ont souvent de la peine à manier la brosse à dents, parce qu'elles n'arrivent plus à la tenir correctement ou que leur mobilité est réduite. Les brosses à dents à large manche, les aides à la préhension ainsi que les brosses à dents électriques peuvent alors être d'un grand secours. Les prothèses fixes comme les couronnes et les ponts ou les bords des implants doivent aussi être nettoyés avec soin. Des restes de nourriture peuvent s'accumuler dans les espaces entre les dents naturelles et les dents artificielles, ce qui peut favoriser la formation de caries et de parodontite. Pour prévenir ces risques, on peut utiliser du fil dentaire ou des brossettes interdentaires.

L'érosion dentaire, un problème grandissant «Seule une prophylaxie conséquente, autrement dit une bonne hygiène dentaire et un programme de prévention bien établi, permet de réduire les risques de carie», explique *Michael Nordemann*, responsable des ventes Pharma chez Gaba Suisse, fabricant spécialisé dans les produits d'hygiène bucco-dentaire. Une des raisons pour lesquelles la droguerie, avec ses compétences en matière de conseil, reste un partenaire fort et important pour Gaba Suisse. «En tant que fournisseur et partenaire, nous avons aussi intérêt à améliorer constamment les produits existants et à tirer parti de nouvelles indications avec des produits innovants.» Quand on lui demande quelles sont les tendances du marché de l'hygiène buccale, *Michael Nordemann* répond sans hésiter: «En raison du changement des habitudes alimentaires, comme la consommation accrue de fruits, de boissons énergétiques ou isotoniques, le thème de l'érosion dentaire gagne en importance. Les produits de protection contre l'érosion développés par Gaba tiennent compte de cette évolution en ceci qu'ils protègent efficacement contre les attaques acides.»

Juste après la visite chez le dentiste, on est généralement très motivé à mieux s'occuper de son hygiène bucco-dentaire: on remplace la vieille brosse à dents, on utilise régulièrement le fil dentaire, on place le flacon de solution dentaire juste à côté du verre à dents. Selon *Marco Tackenberg* de la SSO, il est assez rare que des produits d'hygiène dentaire soient directement remis dans les cabinets dentaires. Le commerce spécialisé en droguerie, avec ses compétences spécifiques, peut justement assumer cette tâche. La collaboration systématique avec des cabinets dentaires pourrait ainsi devenir un domaine commercial très intéressant pour la droguerie.

| Claudia Merki / trad: cs

LE CERTIFICAT INTERMÉDIAIRE: CLAIR, BIENVEILLANT, COMPLET

L'employé peut-il en tout temps demander un certificat intermédiaire ou seulement à certaines conditions?

L'art. 330a CO stipule que l'employé peut en tout temps demander à son employeur un certificat de travail qui porte sur la nature et la durée des rapports de travail ainsi que sur la qualité de son travail et sa conduite. Contrairement au libellé de la loi et d'avis général, l'employé doit pouvoir démontrer d'un intérêt justifié et crédible pour demander l'établissement d'un tel document si le rapport de travail continue. Il s'agit en l'occurrence de ne pas trop surcharger l'employeur avec l'établissement de contrats intermédiaires; mais les exigences à remplir pour démontrer d'un réel intérêt ne sont pas très élevées.

La disposition de l'art. 330a CO est unilatérale, cela signifie qu'il ne peut être dérogé à cette disposition au détriment du travailleur par accord, contrat-type de travail ou convention collective (voir art. 362 CO).

Quand demander un certificat intermédiaire?

Il est recommandé de demander un certificat intermédiaire lorsque les rapports de travail sont structurellement modifiés: changement de fonction, reprise de l'entreprise ou changement de supérieur – pour autant que l'ancien supérieur ait été satisfait du travail et du comportement de l'employé. Le certificat intermédiaire est aussi important en cas de résiliation du rapport de travail ou lorsqu'un changement de poste est prévu: c'est un avantage que de pouvoir présenter un (bon) certificat intermédiaire dans le cadre d'une postulation.

La loi ne prévoit pas de délai pour établir le certificat une fois la demande exprimée. La pratique se base sur l'art. 75 CO, selon lequel, à défaut de

terme stipulé, l'exécution de l'obligation peut être exigée immédiatement. Il faut toutefois relativiser cette disposition, car il convient de laisser suffisamment de temps à l'employeur pour établir le certificat. Sauf circonstances particulières, il faudrait respecter un délai de deux, voire trois semaines au maximum.

Différences entre certificat intermédiaire et certificat final

Sur le plan du contenu, le certificat intermédiaire correspond au certificat final. Cela signifie qu'il donne des informations sur l'employé et sa position, l'employeur, la durée de l'engagement ainsi que des indications sur les tâches de l'employé, la qualité de son travail et son attitude. La formulation doit respecter les quatre critères suivants: vérité, clarté, bienveillance et exhaustivité. Le document ne doit pas comporter de faits négatifs isolés ou anodins ni de langage codé. Contrairement au certificat final, il doit être rédigé au présent, puisque le rapport de travail continue – ce qui exclut la mention du motif de dissolution. Si l'employeur est satisfait, le certificat intermédiaire comporte un passage final où l'employeur assure compter encore sur la collaboration de son employé. Il ne s'agit pas là d'une évaluation objective mais d'un sentiment subjectif, raison pour laquelle ce point ne peut en principe être invoqué au tribunal. Ce qui peut poser problème puisque l'absence de cette formulation signifie clairement pour un lecteur averti que l'employeur ne tient pas beaucoup à ce que la collaboration continue. Le certificat intermédiaire donne une image momentanée d'une certaine période tandis que le certificat final devrait porter sur toute la durée de l'engagement.

| Regula Steinemann / trad: cs



U ANGESTELLTE
DROGISTEN
SUISSE
WWW.DROGISTEN.ORG

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.

NOUVEAUTÉS



MEPHA PHARMA SA

La gomme à mâcher mint sans sucre atténue les symptômes de sevrage et facilite l'abandon du comportement addictif. Les gommes à mâcher de Nicostop-Mepha® sont disponibles en deux dosages et en boîtes de 24 ou 96 gommes à mâcher. Les coûts de traitement quotidiens se situent jusqu'à 20% en dessous de ceux des principaux concurrents avec une galénique comparable.¹ Notre guide pour les patients «Mieux informé sur le traitement de soutien de la désaccoutumance au tabac» vous soutient dans vos entretiens de conseils.

¹: Galdat 01.2016

www.mepha.ch



AKTIVITAL®

Gélules Energie-Vital. Aktivital® contient de précieuses substances naturelles comme le camu-camu, le guarana et la maca et l'avoine noire.

Aktivital® aide en cas d'états de faiblesse physique, de surcharge physique, de baisse de la résistance, de fatigue chronique, de manque d'entrain, de baisse de libido et de troubles sexuels fonctionnels. 60 gélules Frs 32.50 / matin et midi 1-2 gélules.

www.preiselvit.ch



IROMEDICA SA

P 20 – Hightech protection solaire de la Scandinavie. Appliquer une fois – protégé pendant 10 heures. C'est loin d'être un slogan publicitaire. L'efficacité du produit est prouvée par des études cliniques. De plus, même après 4 baignades de 20 mn, le facteur de protection reste assuré à 100%.

Les produits très bientôt disponibles en Suisse sont proposés sous forme de spray dans les indices SFP 15, 30 et 50, ainsi que d'une lotion SFP 20.

www.p20.ch



PERMAMED SA

NOUVEAU: Lubex anti-age intelligence refining serum. Le mécanisme d'action intelligent à base de biostimulateurs Pour un teint frais et rayonnant! Le nouveau sérum affinant exerce un effet matifiant sur la peau, en affine l'aspect, lisse les ridules et confère un teint frais et rayonnant. Le mécanisme d'action intelligent à base de biostimulateurs reconnaît et traite de manière ciblée les différents besoins de la peau, de la surface jusqu'en profondeur. Convient à tous les types de peau et également aux peaux sensibles.

www.lubexantiage.ch



HOLLE BABY FOOD SÀRL

Nouveauté: Lait de suite 3 au lait de chèvre bio Holle. Grâce à un engagement de longue date en faveur de l'autorisation du lait infantile à base de lait de chèvre, Holle est le premier fabricant de lait infantile à proposer sur le marché suisse un assortiment complet de lait infantile au lait de chèvre bio. L'alternative optimale aux laits infantiles à base de lait de vache. Les aliments de lait infantile au lait de chèvre bio Holle sont disponibles dans les magasins spécialisés uniquement.

www.holle.ch



IROMEDICA SA

Nouveau: Darmol et tu te sens bien depuis 1905. Les trois nouvelles préparations de Darmol contre les trois problèmes les plus fréquents de l'appareil digestif: constipation, flatulences et diarrhée. Leur mode d'action est purement physique et de la sorte ne provoquent aucun déséquilibre du système digestif. Ils sont indiqués aussi bien dans les phases aiguës de la maladie que pour un usage prolongé.

DARMOL EX-FLAT en cas de flatulences. DARMOL RE-LAX en cas de diarrhée. DARMOL DIA-EX en cas de constipation. Exclusivement en pharmacie et droguerie

www.iromedica.ch

DES INTRUS DANS LA PENDERIE

A la fin de l'hiver, on peut ranger les bonnets en laine et les pullovers chauds dans les armoires. Ils constituent alors une nourriture toute trouvée pour de petites bêtes qui n'aiment pas la lumière: les mites.

Des trous dans des textiles en laine et en coton, des fils de toiles blancs dans l'armoire ou sur les vêtements: autant de signes de la présence d'hôtes indésirables, les mites *Tineola bisselliella* et *Tinea pellionella*. Ces petites bêtes volent mal et ne sont pas attirées par la lumière. Au contraire, elles vivent cachées, dans les fentes et les fissures, derrière les habits ou sous les tapis. Elles ne mesurent pas plus de 5 à 10 mm et il ne faut pas les confondre avec les mites alimentaires, plus grandes. La mite de vêtements a une tête jaune doré, des ailes jaunes à brunes qui ont une

forme de toit quand elles sont repliées, sans dessins ni motifs.

Prévention et traitement

On peut utiliser pour lutter contre les mites de la naphthaline, des pièges à mites, des bandes contre les mites, des papiers antimites, des coussinets antimites, des sprays entre autres. On fait recours à différentes substances. A savoir des insecticides, des phéromones ou encore des huiles essentielles. Les insecticides comme les organophosphates (chlorpyrifos, dichlorvos), les pyréthroïdes (empenthrine, transflu-

thrine) ou les paradichlorobenzènes (chloro camphre) tuent les larves et les insectes adultes. Les phéromones servent d'appâts pour attirer les mites sur une surface collante où elles restent prisonnières et meurent. Les huiles essentielles comme celles de lavande, de camphre ou de géranium contribuent surtout à prévenir les invasions de mites.

| Flavia Aeberhard / trad: mh



Protégez ce que vous aimez!

Commandez dès à présent nos jolis présentoirs et bénéficiez de **30 % de «rabais présentoir»**

- ✓ **Présentoir Neocid Trix :**
avec les produits anti-mites les plus efficaces
- ✓ **Présentoir Neocid Expert :**
avec le plus grand choix d'insecticides
- ✓ **Présentoir Neocid Expert/Trix Kombi :**
avec les produits phare pour combattre insectes et mites (voir photo)

Bons de commande à télécharger : www.martecag.ch/displays/2016F.pdf



Neocid
Trix **Neocid**
EXPERT

Campagne de publicité
Neocid durant
l'été 2016

Marché de l'emploi

Prochain délai d'insertion: 2 mars 2016

Envoyer les annonces électroniques à:

inserate@drogistenverband.ch



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

Drogistin 100%

Gesundheit und Schönheit
aus dem Toggenburg



Für unseren Kosmetikbereich suchen wir per 1. Mai oder nach Vereinbarung eine Drogistin EFZ mit Flair für Schönheit.

Wir bieten Ihnen:

- grosses Sortiment an Kosmetik-/Parfümerieartikel Hausspezialitäten, Naturheilmittel, Arzneimittel sowie gesunde Lebensmittel
- gute Entwicklungsmöglichkeiten
- selbständiges Arbeiten

Bringen Sie mit:

- Erfahrung im Bereich Kosmetik und Parfümerie
- Von Vorteil eine Visagisten Ausbildung
- 2-3 Jahre Berufserfahrung

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung und stehen für Fragen gerne zur Verfügung.

Abderhalden Drogerie AG
Herr Pascal Fischer, Drogist HF
Bahnhofstrasse 9
9630 Wattwil
fischer@toggenburgdrogerie.ch



Für unsere gut besuchte Drogerie in Lugano, suchen wir per 1. März oder nach Vereinbarung eine motivierte/einen motivierten

Drogistin / Drogisten EFZ (AFC) 100%

... die/der mit Freude und Kompetenz unsere Kunden begeistern kann.

Bei uns erwartet Sie ein gut eingespieltes und innovatives Team. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

DROGHERIA BELOTTI – Via Al Forte 10 – 6900 Lugano
Tel.: 091 923 62 56 / Fax: 091 923 62 63
Mobile: 079 671 15 61 – E-mail: robibelotti@gmail.com



drogerie-savoy.ch

Auf Frühjahr 2016 oder nach Vereinbarung suchen wir in unser sympathisches Team eine nette, engagierte und erfahrene

Drogistin 80 – 100 %

mehr «über uns» unter: www.drogerie-savoy.ch

Drogerie **SAVOY** Albisriederstrasse 369 8047 Zürich
Tel. 044 496 60 20 mail@drogerie-savoy.ch

Avec *d-bulletin*, vous savez à l'avance ce que vos clients liront dans la prochaine Tribune du droguiste.



Vous recevez la Tribune du droguiste en format PDF, avec la liste des annonceurs, des bulletins de commande, des informations spécialisées des fournisseurs et un test de connaissances pour vous et toute votre équipe.

Pour s'abonner: inserate@drogistenverband.ch

POUR DES VOYAGES VRAIMENT

DÉPAYSANTS!



Régime crudité, alimentation dissociée ou diète protéinée? vitagate.ch fait le point et vous livre des infos recherchées et des conseils futés pour vous sentir naturellement bien, de la tête aux pieds. Il ne vous reste qu'à cliquer pour vous épanouir!

vitagate.ch

Un clic quotidien pour votre santé.



vitagate.ch – la plate-forme de santé des drogueries suisses sur internet

Nouveau

Journée shopping
avec maux de tête

les copines



Algifor[®] Liquid caps 400
Soulage les maux de tête.

Algifor Liquid caps 400 gélules à la gélatine molle. Composition : 400 mg d'ibuprofène. Excipients : Excip. pro capsula. **Indications :** Maux de tête, de dos, douleurs articulaires, tendineuses, menstruelles et dentaires, douleurs consécutives à des blessures, fièvre en cas de maladie grippale. **Posologie :** Adultes/enfants à partir de 12 ans : Dose unique : 1 gélule à la gélatine molle Algifor Liquid caps 400 toutes les 4 à 6 heures. Dose maximale en automédication : 3 gélules à la gélatine molle Algifor Liquid caps 400 (= 1200 mg d'ibuprofène) par jour, pendant 3 jours maximum. **Contre-indications :** Hypersensibilité à l'ibuprofène, aux excipients, anamnèse d'allergies après prise d'ibuprofène, d'AAS ou d'autres AINS, présence d'un ulcère de l'estomac ou du duodénum, saignements gastro-intestinaux, maladies inflammatoires des intestins, insuffisance cardiaque, hépatique ou rénale grave, 3^e trimestre de la grossesse, utilisation d'une machine cœur-poumons. **Précautions :** Asthme, troubles gastro-intestinaux, anamnèse d'un ulcère, prise de médicaments associés à un risque élevé d'ulcère ou d'hémorragie, maladies inflammatoires des intestins, insuffisance cardiaque, hépatique ou rénale grave, troubles de la coagulation sanguine, maladie coronarienne, maladies cérébrovasculaires, occlusion artérielle périphérique, hypertension artérielle, hyperlipidémie, diabète, tabagisme, 1^{er}/2^e trimestres de la grossesse, patients très âgés. **Interactions :** Autres AINS, glucocorticoïdes, alcool, probénécide, sulfapyrazone, anticoagulants oraux, diurétiques, antihypertenseurs, digoxine, phénytoïne, lithium, méthotrexate, baclofène, quinolone, ciclosporine, mifépristone, tacrolimus, zidovudine. **Grossesse/Allaitement :** Prudence pendant le 1^{er} et le 2^e trimestre. Contre-indiqué pendant le 3^e trimestre. Ne pas utiliser pendant l'allaitement. **Effets indésirables :** Troubles gastro-intestinaux, réactions d'hypersensibilité, maux de tête, fatigue, asthénie, réactions cutanées, vertiges, œdème, anémie par manque de fer. **Liste D.** Informations détaillées : www.swissmedicinfo.ch. **Titulaire de l'autorisation :** Vifor Consumer Health SA • CH-1752 Villars-sur-Glâne.

 **Vifor Consumer Health**
Vifor Consumer Health SA • CH-1752 Villars-sur-Glâne