



Automédication lors de Grandes Randonnées : fréquence et motifs

Déclaration des liens d'intérêts : aucun

Domitille de WITASSE-THÉZY

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

Randonnée : discipline en pleine croissance

- ↳ Blessures potentielles (57 à 82 %)
- ↳ Peu d'accès aux soins
- ↳ Recours à l'automédication

Objectifs de l'étude :

- Recenser les pathologies rencontrées
- Identifier les thérapeutiques utilisées
- Analyser les médicaments emportés

Dans un objectif de prévention et d'information, en amont, en cabinet de MG

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

- Etude épidémiologique descriptive rétrospective auprès de randonneurs ayant parcouru un GR français
- Entre janvier 2018 et janvier 2022
- Questionnaire en ligne envoyé à des groupes de randonneurs

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

Notre échantillon :



H : 36,0 % F : 64,0 %



47,8 ans



Actifs : 55,8 %



32,0 % (HTA, Hypothyroïdie,
Dyslipidémie, Asthme)



30,2 % (antihypertenseur,
lévothyroxine)



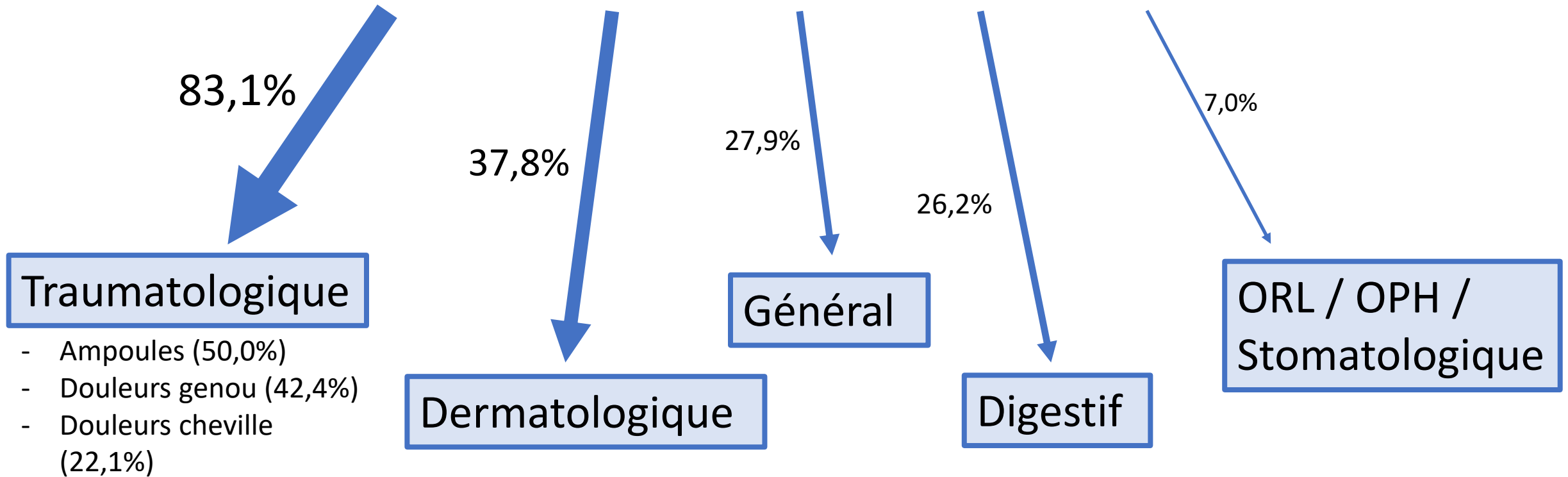
Sport : 71,5 %



Randonnées antérieures :
61,0%



91,9% confrontés à des pathologies :



52,9% des répondeurs ont eu recours à l'automédication

Nombre**Traitement utilisé****d'utilisateurs****Taux d'utilisateurs (parmi 172 répondeurs)****Paracétamol**

55

32,0 %

AINS local

25

14,5 %

AINS per os

24

14,0 %

Antidiarrhéique

13

7,6 %

Antihistaminique

12

7,0 %

→ AINS voie non précisée

10

5,8 %

Antibiotique

6

3,5 %

Dermocorticoïde

4

2,3 %

Antispasmodique

4

2,3 %

Antalgique palier 2

4

2,3 %

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

Taux d'automédication selon certaines caractéristiques :

- Femmes : 56,4 %
- Hommes : 46,8 %
- IMC >30 kg/m² : 66,7 %
- Actifs : 62,5 %
- Poids du sac > 15 kg : 61,1 %

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

Quelques chiffres pour le sous-groupe Corse :

- 30,8% ont randonné sur tout ou partie du GR20.
- Dans ce sous-groupe, 69,8% ont eu recours à l'automédication.



Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

- Comparaison à la littérature :

- Pathologies rencontrées : de 57 à 82% sur des randonnées longue distance (SPANO, GARDNER, CROUSE, BOULWARE)
- Ampoules : 51% (HEGGIE) 57% (SPANO), 74% (CHICHARRO-LUNA)
- Douleur localisée au genou : 37% (CHRUSCH), 35% (LEEMON)
- Automédication : 75,7% de consommation d'antalgiques (GARDNER)

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

- Forces et limites



- ✓ Originalité de l'étude en France
- ✓ Réalisation d'une étude quantitative
- ✓ Choix de la population d'étude
- ✓ Particularités du questionnaire en ligne



- ✓ Taille de l'échantillon
- ✓ Diffusion électronique du questionnaire
- ✓ Auto-déclaration des pathologies et thérapeutiques et biais de rappel
- ✓ Biais de confusion

Introduction

Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

Dans près d'un tiers des cas a eu lieu une consultation avant le départ.



Saisir cette opportunité pour :

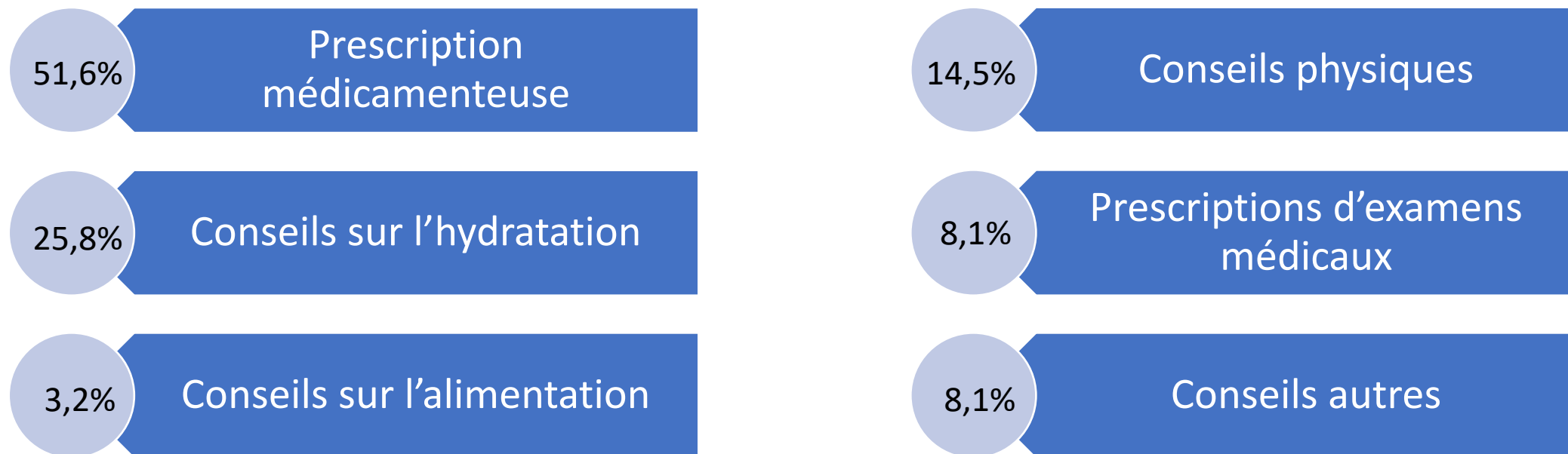
- Administrer des conseils physiques, alimentaires et hydriques,
- Expliquer le risque d'interactions médicamenteuses (cas des traitements chroniques),
- Réaliser de la prévention vis-à-vis de l'automédication, notamment la prise d'AINS per os.

MERCI DE VOTRE ATTENTION



Avant de partir ...

36,0% ont informé leur médecin généraliste :



30,6% des consultations n'ont mené à aucune recommandation ou prescription particulière

Introduction

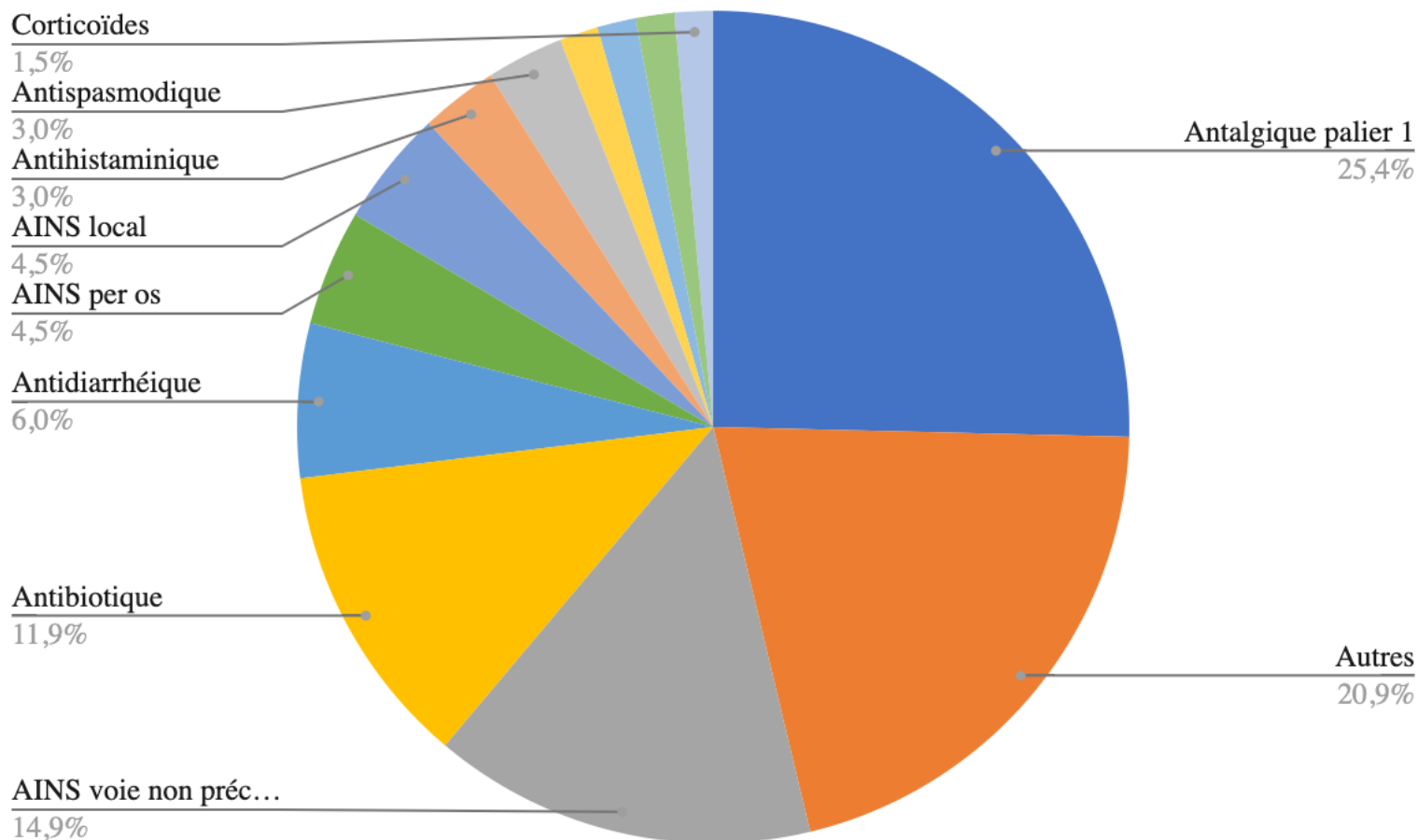
Matériel et
Méthodes

Résultats

Discussion

Conclusion

Médicaments prescrits par le MG



Autres : pansements,
homéopathie, antiseptique,
topiques non remboursés, etc

Trousse à pharmacie : 90,1% ont emporté une trousse de premiers secours.

Composition de la trousse

