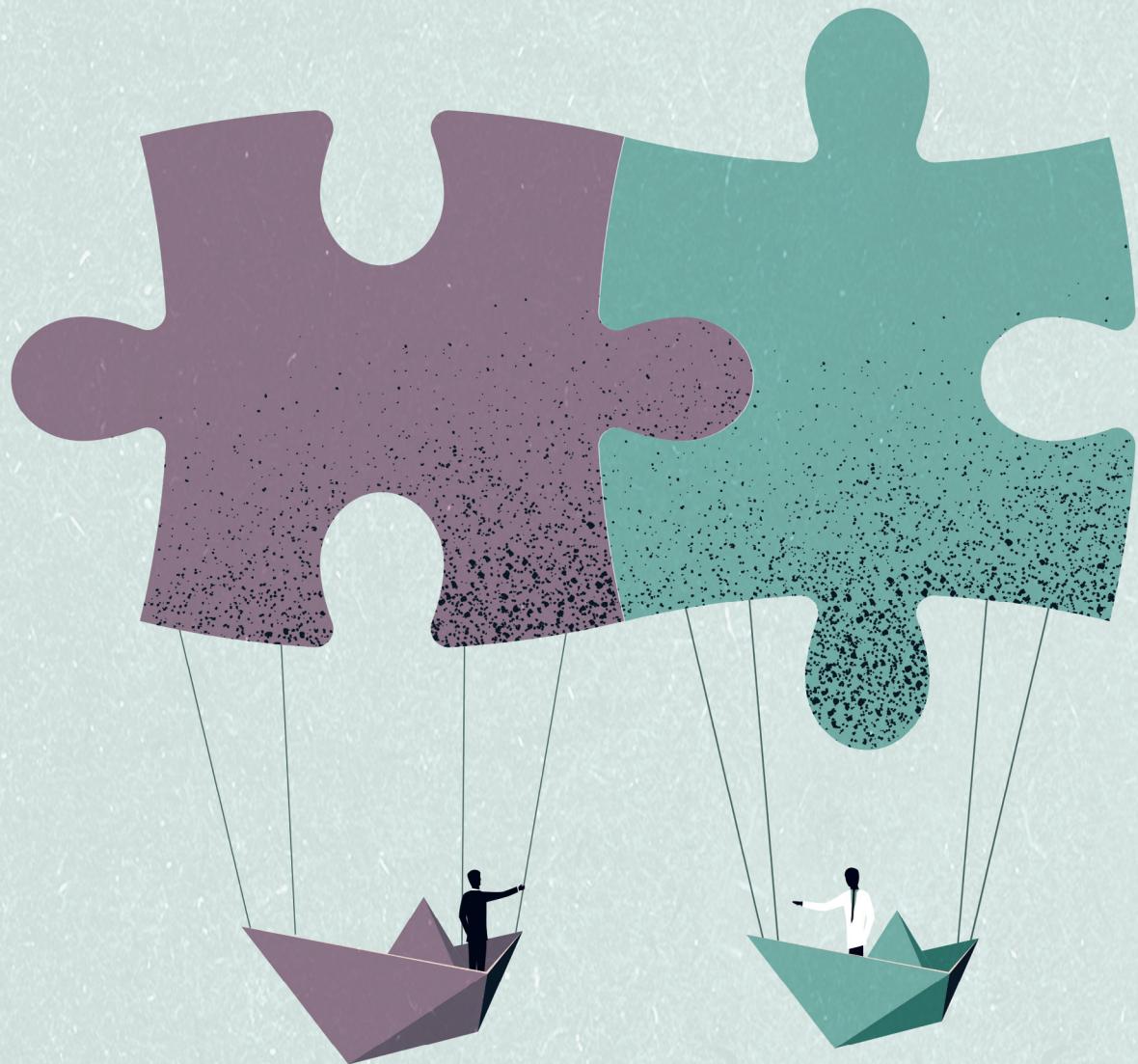


L'INTERACTION

LE MAGAZINE D'INFORMATION DE L'ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC



Les benzodiazépines

**Une relation de confiance
à bâtir avec le patient**



La gestion privée pour les pharmaciens

Des conseils intègres et indépendants pour une planification financière réussie.

Achat et vente de pharmacie

Solutions d'investissement

CELIAPP et achat d'une première propriété

Fiscalité

Planification successorale

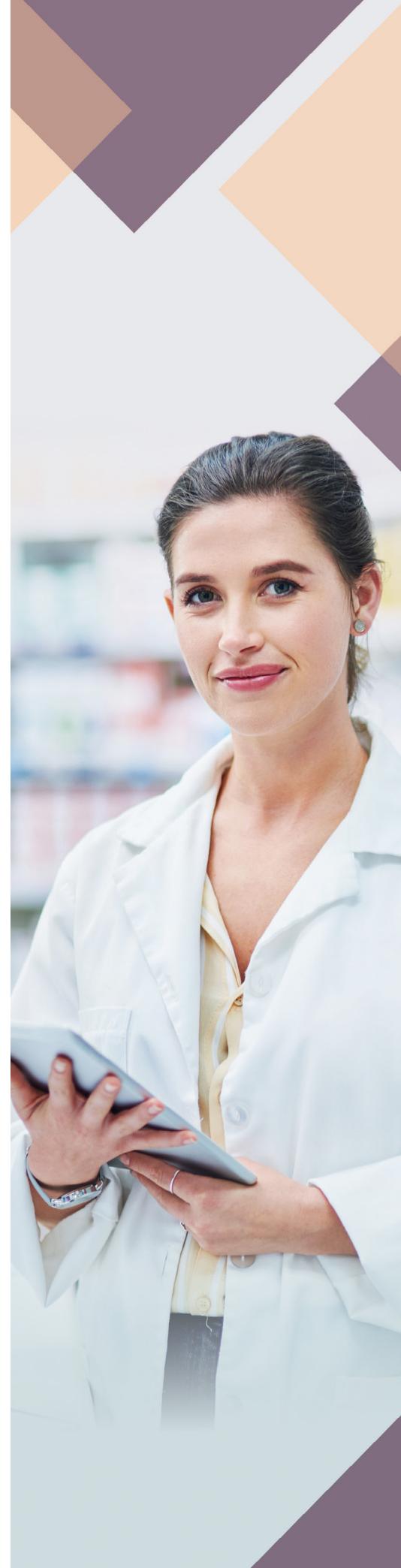


Actionnaire de fdp depuis 1988

Contactez un conseiller fdp



Visitez-nous au
fdppg.ca



Financière des professionnels inc. détient la propriété exclusive de Financière des professionnels – Fonds d'investissement inc. et de Financière des professionnels – Gestion privée inc. Financière des professionnels – Fonds d'investissement inc. est un gestionnaire de portefeuille et un gestionnaire de fonds d'investissement, qui gère les fonds de sa famille de fonds et offre des services-conseils en planification financière. Financière des professionnels – Gestion privée inc. est un courtier en placement, membre de l'Organisme canadien de réglementation des investissements (OCRI) et du Fonds canadien de protection des investisseurs (FCPI), qui offre des services de gestion de portefeuille. fdp et les marques de commerce, noms et logos connexes sont la propriété de Financière des professionnels inc. et sont enregistrés ou employés au Canada. Employés en vertu d'une licence de Financière des professionnels inc.



BENZODIAZÉPINES ET HYPNOTIQUES DE TYPE Z : L'IMPORTANCE DU DIALOGUE

Par Jean-François Desgagné – Président

Les benzodiazépines et les hypnotiques de type Z ont fait l'actualité ces derniers mois, notamment dans les reportages de la journaliste Brigitte Noël à Radio-Canada. La dépendance physique et le difficile sevrage qui y sont liés ont soulevé plusieurs questions quant à leur usage, mais surtout quant aux suivis faits par les professionnel(le)s de la santé.

NOTRE RÔLE, COMME PHARMACIEN

Les risques liés aux benzodiazépines sont bien connus dans notre profession, depuis longtemps. Nous avons l'habitude de les expliquer et d'avertir les patient(e)s de prendre les précautions nécessaires. Néanmoins, j'aime toujours rappeler qu'une prescription, c'est une autorisation à servir un médicament et non une obligation. Comme pharmacien, nous pouvons toujours intervenir auprès du prescripteur ou de la prescriptrice pour nous assurer conjointement que la prescription est appropriée, particulièrement lorsqu'elle semble renouvelée systématiquement.

Étant les professionnel(le)s qui déprescrivent le plus, nous connaissons l'importance d'ouvrir un dialogue avec nos patient(e)s, et ce, plus tôt que

tard. Conseiller et accompagner une personne qui reçoit une ordonnance de benzodiazépine ou d'un hypnotique en Z est délicat et les causes qui amènent une telle prescription sont toujours des sujets sensibles : l'anxiété, la dépression, le deuil, le stress post-traumatique, etc. Lorsqu'une personne reçoit une première ordonnance, elle peut être moins ouverte à la discussion en raison de son état et du besoin urgent de soulager ses symptômes. C'est pourquoi il est primordial d'établir un lien de confiance pour que, lorsqu'elle sera mieux disposée, un dialogue puisse être entamé sur l'arrêt progressif de la molécule et la recherche de solutions de remplacement.

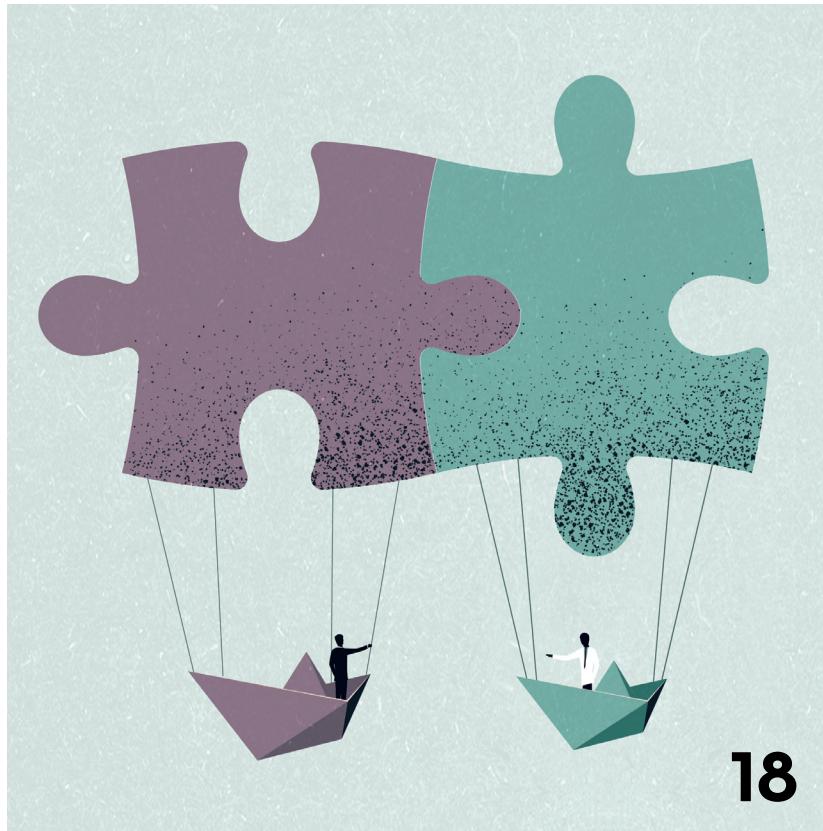
L'IMPORTANCE D'UNE PRISE EN CHARGE GLOBALE

Les benzodiazépines sont souvent prescrites comme une solution pharmacologique à court terme pour des symptômes découlant d'un problème plus large. Nous savons que ces médicaments peuvent donner un répit temporaire, mais ils ne règlent pas les problèmes de fond. Pour y arriver, le patient a bien souvent besoin d'une équipe autour de lui et plus particulièrement d'un

soutien psychologique. Comme pharmacien(ne), nous pouvons accompagner nos patients dans le sevrage de leur traitement et les diriger vers les différentes ressources de proximité comme le CLSC. Il existe une foule de ressources pour nous accompagner dans cette prise en charge et nous aider à mieux conseiller nos patients. À titre d'exemple, le Collège québécois des médecins de famille en collaboration avec *Choisir avec soin* a publié une prescription non pharmacologique¹ pour le traitement de l'insomnie, incluant des instructions selon l'horaire type d'une journée.

Les récents reportages ont conscientisé la population. Comme pharmacien(ne), notre implication active auprès de ces patients nécessite souvent, en plus de nos compétences professionnelles, une bonne dose de courage. Le dialogue avec le patient ou la patiente, une bonne collaboration avec les autres professionnel(le)s de la santé et une prise en charge plus large sont des piliers essentiels pour offrir les meilleurs soins aux patient(e)s, autant pour les problèmes d'anxiété et d'insomnie que pour la majorité des problèmes de santé. ▶

¹ <https://choisiravecsoinquebec.ca/outils-et-ressources/prescriptions-non-pharmacologiques/>



LES BENZODIAZÉPINES : UNE RELATION DE CONFIANCE À BÂTIR AVEC LE PATIENT

► ÉDITORIAL

- 3** Benzodiazépines et hypnotiques de type Z : l'importance du dialogue

► ACTUALITÉS

- 6** Remise des prix d'excellence de l'Ordre 2024
- 10** Dépôt du projet de loi 67 : modifications prévues à la *Loi sur la pharmacie*
- 11** Tournée régionale d'information : 11 villes, 900 participant(e)s !
- 12** Planification stratégique 2024-2028 : assumer son leadership
- 16** Bienvenue aux 316 nouveaux pharmaciens !

► DOSSIER

- 20** Mal étudiées, souvent mal utilisées : les benzodiazépines sous haute surveillance
- 23** Accompagner le patient avant, pendant et après son traitement
- 26** Des patients témoignent

► ÉTHIQUE ET DÉONTOLOGIE

- 28** Le projet de loi 67 : pour une modernisation du système professionnel



► PRATIQUE PROFESSIONNELLE

30 L'importance des réunions d'équipe

32 Question de pratique

Où puis-je trouver des informations fiables sur les exigences liées aux ordonnances faites par les professionnels habilités à prescrire ?

34 Le petit monde de Clément

► REGARD SUR LA PHARMACIE

35 Luc Vigneault reçoit un doctorat *Honoris causa*

35 La pharmacienne Julie Brousseau reçoit le prix de la Relève enseignante 2O24

L'INTERACTION

ÉDITEUR

Ordre des pharmaciens du Québec
266, rue Notre-Dame Ouest, bureau 301
Montréal (Québec) H2Y 1T6
Téléphone : 514 284-9588
Sans frais : 1 800 363-0324
Courriel : communic@opq.org
www.opq.org

RÉDACTRICE EN CHEF

Julie Villeneuve

COORDONNATRICE

Valérie Verville

COLLABORATEURS À CE NUMÉRO

Arnaud Berbery, Michel Caron, Katia Daviau, Guillaume Leduc, Noémie Léveillé, Nancy Marando, Marie-Ève Martel, Katia Vo

GRAPHISME

www.gbdesign-studio.com

RÉVISION LINGUISTIQUE

Isabelle Roy

PUBLICITÉ

Ève Champagne, CPS Média
Téléphone : 450 227-8414, poste 313
echampagne@cpsmedia.ca
Poste publication 40008414

Dépôt légal, 3^e trimestre 2024
Bibliothèque et Archives Canada
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
ISSN 1918-6789

ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC

L'Ordre des pharmaciens du Québec a pour mission de veiller à la protection du public en encourageant les pratiques pharmaceutiques de qualité et en faisant la promotion de l'usage approprié des médicaments au sein de la société. Il regroupe plus de 10 000 pharmaciens. Plus de 7 000 d'entre eux exercent à titre de salarié ou de propriétaire dans plus de 1 900 pharmacies communautaires et plus de 1 600 pratiquent au sein des établissements publics de santé du Québec. Près de 900 pharmaciens œuvrent notamment à titre d'enseignant ou pour des organismes publics, associatifs ou communautaires.

PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Jean-François Desgagné

Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique, dans le seul but de ne pas alourdir le texte. La reproduction d'extraits est autorisée pour usage à l'intérieur seulement avec mention de la source. Toute reproduction partielle doit être fidèle au texte original. Toute autre demande de reproduction doit être adressée à la Direction des communications de l'Ordre par écrit. Ce document est disponible en ligne au www.opq.org



Imprimé sur du papier Rolland Enviro100, contenant 100% de fibres recyclées postconsommation, certifié Eco-Logo, procédé sans chlore, FSC® recyclé et fabriqué à partir d'énergie biogaz.

REMISE DES PRIX D'EXCELLENCE DE L'ORDRE 2024

LE 13 JUIN DERNIER AVAIT LIEU LA REMISE DES PRIX DE L'ORDRE. À CETTE OCCASION, NOUS AVONS SOULIGNÉ LES RÉALISATIONS REMARQUABLES DE SEPT PHARMACIENS. VOICI LES LAURÉATS 2024.

Marie-Josée Papillon

reçoit le **prix Louis-Hébert**, la plus haute distinction de l'Ordre

Après avoir obtenu un baccalauréat en pharmacie et une maîtrise en santé communautaire, M^{me} Papillon amorce sa carrière en travaillant à la Faculté de médecine de l'Université Laval à titre d'agente de recherche. Elle participe, entre autres, au projet de la carte santé, ancêtre de l'actuel Dossier santé Québec (DSQ).

Elle joint ensuite l'équipe de la Direction de la santé publique, de la planification et de l'évaluation du Bas-Saint-Laurent, où elle est responsable de différents dossiers dont la mise sur pied du premier CRSP, un projet de recherche sur le sevrage des benzodiazépines, et la rédaction du chapitre sur les médicaments de l'Enquête Santé Québec. M^{me} Papillon rédige aussi le premier plan d'effectifs en pharmacie pour les centres hospitaliers de la région, de même que différentes ordonnances collectives régionales, notamment pour favoriser la cessation tabagique. Son expertise comme pharmaciene est reconnue dans une variété de projets.

Après plus de 10 ans de travail en santé publique, elle revient à la pharmacie communautaire où son approche populationnelle et la prévention resteront des piliers pour sa pratique. Comme propriétaire, elle privilégie la proximité avec ses patient(e)s.

Depuis de nombreuses années, elle s'implique également dans de multiples organisations régionales, dans des domaines aussi variés que la santé, les arts, les sports et la philanthropie.

Bravo à M^{me} Papillon, qui est un exemple d'excellence pour la profession. ▶



Marie-Josée Papillon



Une vidéo hommage à Marie-Josée Papillon est disponible sur notre chaîne [YouTube : https://www.youtube.com/watch?v=Rbmp8K2m_j4](https://www.youtube.com/watch?v=Rbmp8K2m_j4)

Denis Lebel et son équipe
reçoivent le **prix Innovation pour
le projet Magistrales standardisées
au Québec (MSQ)**



Denis Lebel

Denis Lebel est chef du Département de pharmacie du Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine. Il a mené le projet MSQ, qui a pour objectif de standardiser les préparations magistrales effectuées dans les pharmacies des établissements de santé et dans les pharmacies communautaires du Québec.

Les formules maîtresses standardisées sont diffusées dans le logiciel RxVigilance et sur une page Web du CHU Sainte-Justine. Les impacts positifs sont nombreux; notons entre autres l'amélioration de la qualité des soins, l'amélioration de la gestion des risques et de la sécurité des patients et l'offre de formules maîtresses standardisées appuyées sur des données probantes et dont la qualité a été évaluée par des experts.

Ce projet n'aurait pu voir le jour sans la collaboration de plusieurs partenaires: l'Association québécoise des pharmaciens propriétaires, l'Association des pharmaciens des établissements de santé du Québec, la Faculté de pharmacie de l'Université de Montréal et Vigilance Santé. Un comité stratégique et un comité d'experts ont été mis en place et totalisent près de 20 experts dans leur domaine. ►



Visionnez cette vidéo pour en connaître davantage sur le projet MSQ: <https://www.youtube.com/watch?v=mG9mk7wGBDI>

François Duhamel
est lauréat du Mérite
du Conseil interprofessionnel
du Québec



François Duhamel

Détenteur d'un baccalauréat en pharmacie et d'une maîtrise en pharmacologie, M. Duhamel pratique comme pharmacien communautaire depuis 2009. Il est aussi clinicien associé à la Faculté de pharmacie de l'Université de Montréal depuis 2012 et chargé d'enseignement clinique à la Faculté de pharmacie de l'Université Laval depuis 2023.

En 2012, il est élu comme administrateur au conseil d'administration de l'Ordre des pharmaciens du Québec, poste qu'il a occupé jusqu'en 2023. Au cours de ces 11 années, il a notamment été président de deux comités, soit le comité de la formation des pharmaciens et le comité de demande de dispenses.

François Duhamel a siégé pendant cinq ans au comité exécutif de l'Ordre, au comité de gouvernance et au comité d'audit. Il a ainsi contribué au déploiement de plusieurs dossiers d'importance pour la profession et le système professionnel, notamment les projets de loi 41 et 31 menant à l'exercice de nouvelles activités professionnelles pour les pharmaciens. Il a également participé à plusieurs exercices de planification stratégique. ►

SIX PHARMACIENS REÇOIVENT LE TITRE FELLOW DE L'ORDRE



Luc Bergeron est reconnu comme l'un des premiers pharmaciens québécois à avoir développé une pratique clinique en antibiothérapie, atteignant une expertise provinciale et nationale. Il a amé-

lioré les soins pharmaceutiques hospitaliers en innovant, notamment par la création du volet «pharmacie» de l'antibiothérapie intraveineuse à domicile au CHUL. Depuis 2005, il a participé à l'élaboration des guides d'usage optimal des antimicrobiens de l'INESSS et, plus récemment, des guides de traitement de la COVID-19. Ses contributions à la recherche incluent la direction de nombreux projets et la diffusion de résultats dans des articles et congrès internationaux. Engagé envers la relève et reconnu pour son leadership, son dynamisme en recherche, son amour de l'enseignement et sa grande crédibilité clinique, Luc Bergeron est un modèle pour la profession pharmaceutique. ►



Benoit Lemire est reconnu pour son expertise en maladies virales chroniques, comme en témoignent ses nombreuses publications et sa contribution au Programme provincial de dosage des médicaments antirétroviraux. Au département de pharmacie du CUSM, il se distingue comme mentor et leader, contribuant aux soins des patients atteints de VIH, d'hépatites et de toxicomanies. Il a joué un rôle central dans le développement des soins et de l'entente de pratique avancée au Service des maladies virales chroniques du CUSM. Il a également initié une tournée de formation sur la prophylaxie post-exposition du VIH à la suite d'un changement législatif. Engagé depuis plus de 10 ans au sein du conseil d'administration de l'A.P.E.S., il participe à de nombreuses initiatives et comités. Auteur prolifique, il contribue à l'amélioration des soins VIH pour les populations vulnérables au Québec et dans les pays en développement. ►



Simon de Denus s'est distingué en tant que premier pharmacien chercheur au Centre de recherche de l'Institut de cardiologie de Montréal. Depuis 2010, il est titulaire de la Chaire en pharmacogénomique Beaulieu-Saucier de l'Université de Montréal. Ses recherches ont contribué à révéler les bases génétiques et les voies causales des maladies cardiovasculaires, ouvrant la voie à de nouvelles approches thérapeutiques. Sa carrière académique, débutée comme professeur adjoint, l'a mené au poste de doyen de la Faculté de pharmacie de l'Université de Montréal en 2022. Il a reçu à trois reprises le prix Alfred-Joseph Laurence pour la qualité de son enseignement en pharmacothérapie cardiovasculaire et en pharmacogénomique. Engagé dans plusieurs organisations professionnelles, il a œuvré 13 ans à la Société québécoise d'insuffisance cardiaque. Simon de Denus est apprécié pour son écoute, son empathie, son éternel optimisme entremêlé de rigueur, ses solutions innovantes, sa capacité de vulgarisation et son leadership. ►



François Paradis est un pharmacien émérite. Il a travaillé au Centre hospitalier de Rimouski de 1981 à 2004, puis a été chef du Département de pharmacie jusqu'en 2015, avant de diriger le Département de pharmacie du CISSS du Bas-Saint-Laurent. Il a grandement contribué à l'avancement de la profession et au développement des soins pharmaceutiques dans le Bas-Saint-Laurent. Il a joué un rôle central dans la création d'un Département de pharmacie régional, intégrant la gestion des sept installations du territoire. Impliqué à l'A.P.E.S., il a été administrateur en 2010 et président de 2013 à 2022, contribuant au rayonnement de la pratique pharmaceutique et à la valorisation du rôle du pharmacien en établissement de santé. Il a participé à l'élaboration d'indicateurs de performance en pharmacie d'établissement et à la gestion de l'approvisionnement en médicaments durant la pandémie de COVID-19. François Paradis est reconnu pour son éthique et son intégrité. ▶

En plus de ces quatre pharmaciens, **François Duhamel**, qui a reçu le mérite du CIQ, et **Denis Lebel**, récipiendaire du prix Innovation, se voient également octroyer le titre de Fellow de l'Ordre des pharmaciens du Québec. **Marie-Josée Papillon**, récipiendaire du prix Louis-Hébert, est Fellow de l'Ordre depuis 2018.

Félicitations aux lauréats et aux nouveaux Fellows de l'Ordre!



Nous sommes à la recherche de PHARMACIENS

Ce que nous offrons

Plusieurs postes disponibles;

Affectations à la carte.
OUI, nous avons cette flexibilité!;

Emplois étudiants;

Stages communautaires non traditionnels.

Quelques avantages

Découverte de la nation Crie et de sa culture;

Accès à presque tous les secteurs de la pharmacie dans un seul milieu de travail;

Participation à la création et au développement de services en plein essor;

Travail interdisciplinaire avec des professionnels de la santé et des services sociaux expérimentés.

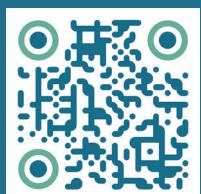


Eeyou Istchee

Venez pour l'aventure
Restez pour les gens



CONSEIL CRI DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DE LA BAIE JAMES
CREE BOARD OF HEALTH AND SOCIAL SERVICES OF JAMES BAY



DÉPÔT DU PROJET DE LOI 67 : MODIFICATIONS PRÉVUES À LA LOI SUR LA PHARMACIE

Un projet de loi¹ a été déposé à l'Assemblée nationale le 4 juin 2024 par la ministre Sonia LeBel, venant entre autres modifier la *Loi sur la pharmacie*. Il s'inscrit dans le cadre du Plan santé du gouvernement du Québec qui a entre autres comme objectif d'améliorer l'accessibilité et la qualité des soins et services en santé à la population.

Les modifications prévues visent notamment à éliminer certaines barrières qui existaient encore à la suite de l'entrée en vigueur des projets de loi 41 et 31. Le but n'est pas d'ajouter du travail aux équipes de pharmacie; il s'agit surtout de réduire les incohérences et de simplifier les façons de faire.

Parmi les changements proposés dans le projet de loi, notons:

- Le retrait des délais pour la prolongation;
- Le retrait des conditions pour lesquelles vous pouvez administrer un médicament;

- La substitution de médicaments dans plus de circonstances;
- La prescription de médicaments de façon plus large.

Au moment d'écrire ces lignes, l'Ordre prépare un projet de mémoire qu'il présentera en commission parlementaire. Des travaux sont également en cours avec l'Office des professions du Québec concernant les changements réglementaires à venir sur la prescription de médicaments. Rappelons que parmi les changements souhaités par l'Ordre à la fin de ces travaux, il y a:

- L'identification de trois catégories pour lesquelles vous pourriez prescrire un médicament de façon autonome: conditions de santé courantes, maladie chronique diagnostiquée par un médecin ou une IPS, prévention et prophylaxie;
- Le retrait possible des listes de cas et de conditions de santé des règlements afin de permettre une meilleure agilité et autonomie;
- L'abolition de la limite d'âge pour la vaccination.

De plus, l'Ordre souhaite prévoir la possibilité d'octroyer le titre de spécialiste pour les pharmaciens détenteurs de la maîtrise en pharmacothérapie avancée afin de leur permettre de prescrire des thérapies complexes.

L'Ordre est en contact sur une base régulière avec les différents partenaires du milieu de la pharmacie. Nos actions concertées faciliteront la mise en œuvre de ces changements. ▶



¹ Projet de loi n° 67, Loi modifiant le Code des professions pour la modernisation du système professionnel et visant l'élargissement de certaines pratiques professionnelles dans le domaine de la santé et des services sociaux, <https://www.assnat.qc.ca/fr/travaux-parlementaires/projets-loi/projet-loi-67-43-1.html>

TOURNÉE RÉGIONALE D'INFORMATION : 11 VILLES, 900 PARTICIPANT(E)S !

En mars dernier, Jean-François Desgagné et Manon Lambert ont pris la route à votre rencontre dans notre première édition post-COVID de la tournée régionale d'information. Quatre mois et quelques milliers de kilomètres plus tard, 900 d'entre vous avez eu l'occasion de les entendre aborder les grands dossiers de l'Ordre et de la pharmacie.

Voici un aperçu des sujets qui ont été abordés :

- Nouvelles activités professionnelles (et projet de loi 67);
- Planification stratégique de l'Ordre;
- Pénurie de main-d'œuvre;
- Arrivée des tout premiers diplômés du programme de techniques de pharmacie;
- Projet sur la cohérence de l'offre de produits en pharmacie.

Les répondant(e)s du sondage avaient l'occasion de transmettre des commentaires. Plusieurs ont souligné le dynamisme des présentateurs, l'appréciation du fait de pouvoir assister à la présentation en ligne et l'enthousiasme face à l'évolution de la profession. Certains ont évoqué des craintes à l'égard des nouvelles activités à venir, considérant les enjeux de main-d'œuvre connus actuellement.

En somme, cette tournée régionale d'information est à maintenir! Vos commentaires illustrent clairement votre appréciation de la formule, de la richesse des échanges et de la possibilité d'en apprendre sur plusieurs sujets à une seule et même occasion.

Merci à tous ceux et celles qui y ont pris part! ▶

Un sondage a été transmis aux pharmaciens(ne)s qui ont pris part à la tournée; 300 y ont répondu. Voici les principaux résultats:

98 % des répondant(e)s se sont dit(e)s satisfait(e)s de la rencontre;

Pour
98 % d'entre eux, tous les sujets pertinents ont été abordés;

96 % ont apprécié les échanges de la 2^e partie de rencontre sur la cohérence de l'offre de produits en pharmacie.

Les aspects liés à la logistique ont également reçu d'excellents scores d'appréciation.



PLANIFICATION STRATÉGIQUE 2024-2028 : ASSUMER SON LEADERSHIP

Depuis l'adoption de notre dernier plan stratégique en 2020, les événements se sont bousculés dans le domaine de la santé: une pandémie est venue perturber nos façons de faire en plus de favoriser un plus grand décloisonnement des pratiques pour bon nombre de professionnel(le)s du secteur. En pharmacie, le projet de loi 31 et ses règlements ont été adoptés, ce qui a permis aux pharmacien(ne)s de jouer un rôle de premier plan dans les soins et services de première ligne à la population. Dans ce contexte, il était impératif de lancer un nouvel exercice de planification stratégique pour rester en phase avec notre environnement et les enjeux de la profession.

Lors de notre dernier exercice de planification stratégique, nous avons entrepris une importante transformation pour devenir une organisation plus agile et pragmatique. Nous constatons aujourd'hui que nous sommes sur la bonne voie; maintenant, il nous reste à consolider les acquis. Le prochain exercice sera en continuité et visera à nous amener, comme organisation et professionnel(le)s de la santé, à assumer notre leadership et à nous affirmer davantage. C'est ce que nous voulons accomplir.

UNE DÉMARCHE INNOVATRICE

Un exercice de planification stratégique ne peut réussir sans l'apport des employé(e)s puisque ce sont eux et elles qui mettent en œuvre le plan

d'action pour atteindre les objectifs de l'organisation. Il allait de soi pour nous que le personnel devait être impliqué dans le processus de planification stratégique, au-delà du traditionnel sondage qui lui était adressé. En plus de comptes-rendus réguliers et de séances d'information, deux journées de réflexion ont été tenues avec l'ensemble du personnel, l'une en février 2023 et la dernière, en janvier 2024.

Au cours de ces rencontres, les employé(e)s ont pu se prononcer sur divers aspects en vue d'étoffer le diagnostic de l'Ordre et de réfléchir aux pistes d'action à mettre en œuvre dans les prochaines années. Les propositions du personnel ont d'ailleurs servi de point de départ pour l'élaboration du plan d'action par le comité de direction, plan d'action qui est en voie d'être finalisé.

LE RÉSULTAT

Après un travail de réflexion de plusieurs mois au cours desquels nos membres et nos partenaires ont été consultés, le conseil d'administration a adopté trois orientations et identifié huit objectifs à atteindre d'ici 2028. Une nouvelle vision a été adoptée et nos valeurs ont été légèrement modifiées pour y intégrer la dimension de bienveillance qui devrait guider nos relations avec les membres et au sein du personnel au cours des prochaines années.

NOTRE MISSION

Notre mission première est la protection du public. Cette mission s'accomplit en encourageant les pratiques pharmaceutiques de qualité et en faisant la promotion de l'usage approprié des médicaments au sein de la société.

NOTRE VISION

Être une organisation mobilisatrice, en phase avec les besoins de la population et adaptée aux défis de la pratique professionnelle.



NOS VALEURS

Adaptabilité: Faire preuve d'ouverture, de souplesse face à différentes idées et perspectives, dans un environnement en constante évolution.

Collaboration: Collaborer entre les équipes et avec les parties prenantes, d'égal à égal, avec bienveillance, humilité et en utilisant les compétences et les forces de chacun, afin d'atteindre un but commun.

Courage: Agir avec courage et détermination dans des situations difficiles, malgré les incertitudes, les risques et les pressions.

Innovation: Explorer les approches et les idées créatives afin d'améliorer nos façons de faire pour répondre aux défis de l'organisation et de la pratique professionnelle.

Pragmatisme: Être orienté vers l'action pratique et efficace, tout en valorisant l'apprentissage par l'expérience.

L'ORIENTATION 1:

Accompagner les pharmaciens(ne)s dans l'intégration des activités professionnelles pour maintenir une pratique pharmaceutique de qualité.

Au cours des 10 dernières années, la pratique de la pharmacie a évolué à vitesse grand V. Il faut maintenant amener tous les pharmacien(ne)s à offrir des soins de même niveau à l'ensemble des patient(e)s. Pour y arriver, nous allons définir ce qu'est la pharmacie aujourd'hui, renforcer notre identité professionnelle et être plus en lien avec la population afin de mieux faire comprendre le rôle des pharmacien(ne)s et favoriser un plus grand engagement des patient(e)s dans la prise en charge de leur santé.

L'ORIENTATION 2:

Se positionner dans l'espace public comme une référence incontournable concernant les enjeux sociétaux associés aux médicaments et à la santé.

Nous voulons devenir un acteur d'avant-plan dans les enjeux touchant la santé. Dans les quatre prochaines années, nous serons plus présents sur la place publique, sur des questions allant au-delà du médicament.

L'ORIENTATION 3:**Poursuivre la transformation de manière à renforcer l'alignement, la culture et l'optimisation des capacités organisationnelles.**

Notre organisation s'est transformée au cours des dernières années. Même si bien des progrès ont été réalisés, il reste encore du travail à accomplir pour renforcer l'alignement aux nouvelles valeurs et pratiques, favoriser un changement de culture et optimiser nos capacités organisationnelles afin de devenir plus agiles et pragmatiques. Pour y arriver, nous entendons revoir certaines règles de gouvernance. Nous allons aussi prioriser le virage technologique pour améliorer nos processus et gagner en efficacité.

EN CONCLUSION

La pharmacie et son environnement ont énormément évolué au cours des dernières années.

Ces changements nous emmènent à devoir clarifier la nouvelle identité professionnelle des pharmaciens(ne)s et à affirmer cette identité plus clairement, tant au sein de la profession, qu'auprès de la population.

D'un point de vue interne, l'Ordre poursuivra sa transformation afin d'être encore plus efficace et de s'assurer que les valeurs de l'organisation se reflètent dans chaque décision et chaque action. Les grandes orientations prévues dans la planification stratégique se réaliseront par l'intermédiaire de projets qui seront connus dans les prochaines semaines. Des patients-partenaires seront invités à prendre part à plusieurs d'entre eux. Le mandat premier de l'Ordre étant de s'assurer que les patients reçoivent des soins et services de qualité, le conseil d'administration a jugé important d'intégrer davantage la voix des patients dans les activités de l'organisation et les projets. ◀

Bureau d'évaluation médicale

IMPARTIALITÉ · INDÉPENDANCE · RESPECT

Des professionnels de la santé au service du monde du travail



Relevez un défi à la hauteur de vos compétences!

Contribuez aux règlements de différends dans des dossiers d'indemnisation de travailleuses et de travailleurs tout en élargissant votre pratique.

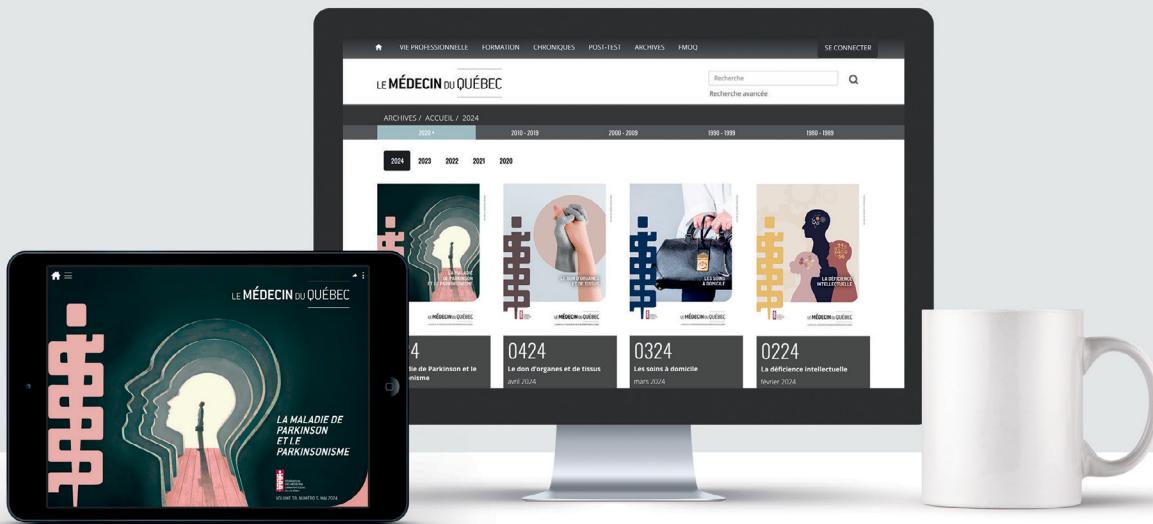
Le Médecin du Québec

la référence en développement professionnel continu pour la première ligne

- 1 Revue mensuelle**
- 2 Version numérique seulement (Web et tablette)**
- 3 Accès au post-test mensuel et possibilité d'heures d'activité de DPC reconnues**
- 4 Tarif préférentiel* pour les membres de l'OPQ : 200 \$ par année**
- 5 Offre d'une durée limitée**



**Abonnez-vous
dès maintenant !**



* Prix habituel : 300 \$ par année



BIENVENUE AUX 316 NOUVEAUX PHARMACIENS!

Abdel Malak, Samwaeil	Bouaziz, Linda	Dathe, Kristian	Girard, Laura	Laverdière-Grégoire, Carolane
Abdelmalek, Youstina	Bouchard, Megan	Desbiens, Jérémie	Gobeil, Félix	Lavergne, Laurie
Abdelsalam, Mohamed	Bouchard, Mélodie	Deschênes, Raphaël	Godbout, Audrey	Lavoie, Alexandre
Abran, Vincent	Bouchard-Delisle, Charlène	Desrosiers, Florence	Gosselin, Audrey	Lavoie, Roxanne
Adamo, Jassica	Bouchetout, Zohra	Diallo, Mariama	Goulet, Adèle	Leblanc-Vautour, Sémidia
Akiki, Maria	Boudreau, Rosalie	Diamond, Gabrielle	Goyet, Alexis	Lefebvre, Clara
Al Hajali, Ghinadi	Bouhacida, Nassim	Diep, Kim Chi Kathy	Guay, Marianne	Legault, Cassandre
Alissa, Rand	Boukharouba, Chaïma	Djemhi, Sabrina	Guay, Sarah	Léger, Tristan
Allaire, Amélie	Boulad, Ziad	Djenane, Nour El Habib	Guy, Nicolas	Loignon, Rosalie
Allaire, Marie-Gabrielle	Bozec, Laurence	Djouamaa, Malika	Hamad, Heba	Loza, Manuel
Allard, Chloé	Brasseur-Masse, Justine	Do, Rebecca	Hamaoui, Zahra Marya	Lu, Yang
Amouchi, Sabrina	Breton, Catherine	Doiron, Alex	Hamel, Audrey	Mahriche, Oumaïma
Archambault, Louis	Brochu, Chloé	Dontigny, William	Haouchine, Mélissa	Maitham, Al-Mustafa
Auclair, Charles	Brunelle, Sophie	Dubé, Nicolas	Harvey, Marie-Julie	Maouad, Diana
Awad, Lauraine	Bugra, Arzu	Dubé Delarosbil,	Hua, Cheney	Marcoux, Christophe
Ayotte, Jessie	Buisson, Gabrielle	Cherylane	Huang, Stéphane	Martel, Emmanuelle
Baciu, Daniela-Georgeta	Bujold Samson, Mathilde	Dumont, Stéphanie	Huynh, Julie	Martel, Simon
Ballout, Wassim	Buteau, Alexandre	Dupuis, Gabriel	Ioan, Andreea	Massé, David
Baloukas, Georgia	Buteau, Anne-Gabrielle	El Yamani, Dafer	Israilian, Lynette	Maupetit-Khali, Nora
Barrette, Arnaud	Cantin, Anne-Sophie	Falvo, Feliscia	Jahan, Eva	Medjdoubi, Sabrina
Barrette, Jean-Simon	Cardinal, Mikhail-Paul	Farraj, Maria	Jérôme, Sandrine	Menassel, Ahmed-Furqane
Barrette, Raphaël	Carmichael, Gabrielle	Ferhane, Fatima Zohra	Joseph, Kinsey Erolde	Merrouche, Leyne
Bassil, Sundy	Caron, Alex-Ann	Fezza, Maha	Kachami, Hélène	Meunier, Ammy
Beaudoin-Pouliot, Olivine	Caron-Hince, Rosalie	Filice, Lucca	Kachami, Marie-Christine	Michaluk, Florence
Beaulieu, Maxime-Olivier	Cazeault, Olivier	Filteau, Rose	Kadoum, Anaïs	Michaud, Hector
Beaulieu, Raphaël	Chadli, Brahim	Fleury, Julie-Pier	Kanou, Vanessa	Michaud, Maïca
Beaulieu, Sarah-Maudé	Chafi, Saadi Imed Eddine	Fontaine, Elizabeth	Karahasanovic, Adnela	Mitskanious, Carolina
Beauregard, Maxime	Chajai, Zakaria	Fontaine, Marie-Laurence	Katergi, Leah	Morel, Sarah
Bédard, Hugo	Charbonneau, Maude	Fontaine, Tommy	Kazwini, Tamara	Morency, Béatrice
Bélanger, Benjamin	Charest, Lauriane	Fortier, Andréanne	Khadraoui, Lina	Morency, Louis-David
Bélanger-Martin, Gaëlle	Charest, Sophie	Fortin, Ann-Sophie	Khalfoun, Louiza	Morin, Louis-Charles
Belayat, Inès Norhane	Charrette, Laurianne	Fournier, Henri	Khelil, Mohammed Reda	Morin, Mathias
Belkacemi, Mohamed Aissa	Chatelain, Louis-Philippe	Fournier, Juliette	Klepper-Harnois, Britany	Morin, Nathan
Bellefleur, Danika	Chau, Vy-Nguyen	Fredette, Laurie	Krayem, Dana	Morrisette-Ratté, Sabrina
Bellemale, Félix	Chen, Susan	Gagné, Emma	Labbé, Sandrine	Morote, Camille
Benakmoun, Abderraouf	Cheng, Tatiana	Gallant, Julie	Lacerte, Sarah	Musteata, Daria Ioana
Benamar, Mohamed Amine	Cherid, Tasnime-Aicha	Gariup, Mian	Lachance, Jean-Michaël	Nadeau, Marc-Antoine
Benchekroun, Abdelhamid	Choquette, Thomas	Garneau, Maude	Lachance, Laura	Nguyen, Annie Ngoc Hanh
Bennis, Ghita	Cifelli, Nicole	Gaudreau, Elisabeth	Lacheheub, Maya	Nguyen, Vy
Bensmina, Imène	Cloutier, Jade	Gauthier, Juliette	Lacoste, Marie-Kim	Noël-Blanchette, Audrey
Benyerbah, Nassim	Coderre, Mandy	Gazaille, Vincent	Lafrenière, Justin	Nofal, Sam
Bernard, Britanny	Comeau, Léonie	Gendreau, Isabelle	Lajeunesse, Antoine	Ouellet, Alexandra
Biron, Cassandra	Coulombe, Kiara	Georgakopoulos, George	Lajoie, Frédérique	Ouimet, Marie-Lou
Boily, Chloé	Coutu, Camille	Georgiadis, Sophie	Lamy, Sandrine	Pai, Célestine
Boivin, Maxime	Craig, Cécilia	Ghazal, Joel	L'Archevêque, Judith	Palladino, Daniel
Bombardier, Sandrine	Daigle, Océane	Ghoul, Sêjir	Laroche, Anne-Marie	
Borgia, Alexandre	Danaie, Homa	Gingras, Alexis	Larocque, Sabrina	
Borzooyan, Panteha	Daoud, Carol	Girard, Alice	Latreille, Joëlle	



LÀ OÙ VOTRE PROJET DE CUISINE EXTÉRIEURE DE RÊVE PREND VIE



Patel, Heena
Patel, Neha
Pavao, Sabrina
Pelletier, Alexane
Pépin, Gabriel
Peredero, Mark
Perron, Marie
Philantropie, Maïa Soreyla
Philippon, Érika
Phung, Christine
Picard, Anthony
Pineault, Laurie
Poirier, Charles-Étienne
Polidori, Gabriele
Preston, Sarah
Prévost, Laurie
Prud'homme, Marie-Eve
Qin, Jeffrey
Racine, Philippe
Radetskyy, Roman
Richard, Chloé
Richard, Justin
Risi, Catherine
Rivard, Louis-Sam
Robert, Claudie
Roy, Catherine
Roy, Guillaume
Roy, Pierre-Olivier
Roy-Lafrance, Juliette
Royal-Clément, Xavier
Sadmi, Fathma
Saffaye , Antoine
Sasseville, Alexandre
Sasseville, Olivier
Séguin, Elizabeth
Seha, Mena
Semeniv, Ilona
Setouane, Selma
Shehata, Dina
Sithivadivelu, Lakshika
Skaf, Patrick
Soulama, Diloma Edwige
St-Arnaud, Jeanne
St-Aubin, Sabrina
Stephens, Laura
St-Onge, Chloé
Sylvain, Renée
Sylvain, Sabrina
Taha, Hanaà
Tai, Timothy Yan
Tailleur, Mathieu
Tardif-Pellerin, Éliane
Tcaciuc, Dan
Touma, Karam
Trabelsi, Sara
Tran, Thanh-Lam
Tremblay, Christophe
Tremblay, Rose
Truchon, Marie-Laurence
Trudeau, David
Turmel, Roxanne
Unneza, Muhammad
Vachon, Mathilde
Vaillancourt, Alexandre
Varvaro, Dalia
Veilleux, Justin
Veilleux, Marianne
Veilleux, Marie-Pier
Verret, Rachel
Vu, Y-Dan
Xu, Lindsay
Youakim, Nancy
Yousry, Ilias
Youssef, Ranine
Zheng, Jessie
Zhu, Hong Rui
Zidour, Lilia Imène
Zouaoui, Sana

UN PROJET SANS STRESS

NOTRE ÉQUIPE D'EXPERTS PROPOSE UNE SOLUTION
CLÉ EN MAIN POUR VOTRE CUISINE EXTÉRIEURE.



PRENDRE RENDEZ-VOUS
AVEC UN EXPERT
CUISINE-BBQQUEBEC.COM

LES BENZODIAZÉPINES : UNE RELATION DE CONFIANCE À BÂTIR AVEC LE PATIENT

Par MARIE-ÈVE MARTEL, 37^e AVENUE

20

MAL ÉTUDIÉES, SOUVENT MAL UTILISÉES :
LES BENZODIAZÉPINES SOUS HAUTE SURVEILLANCE

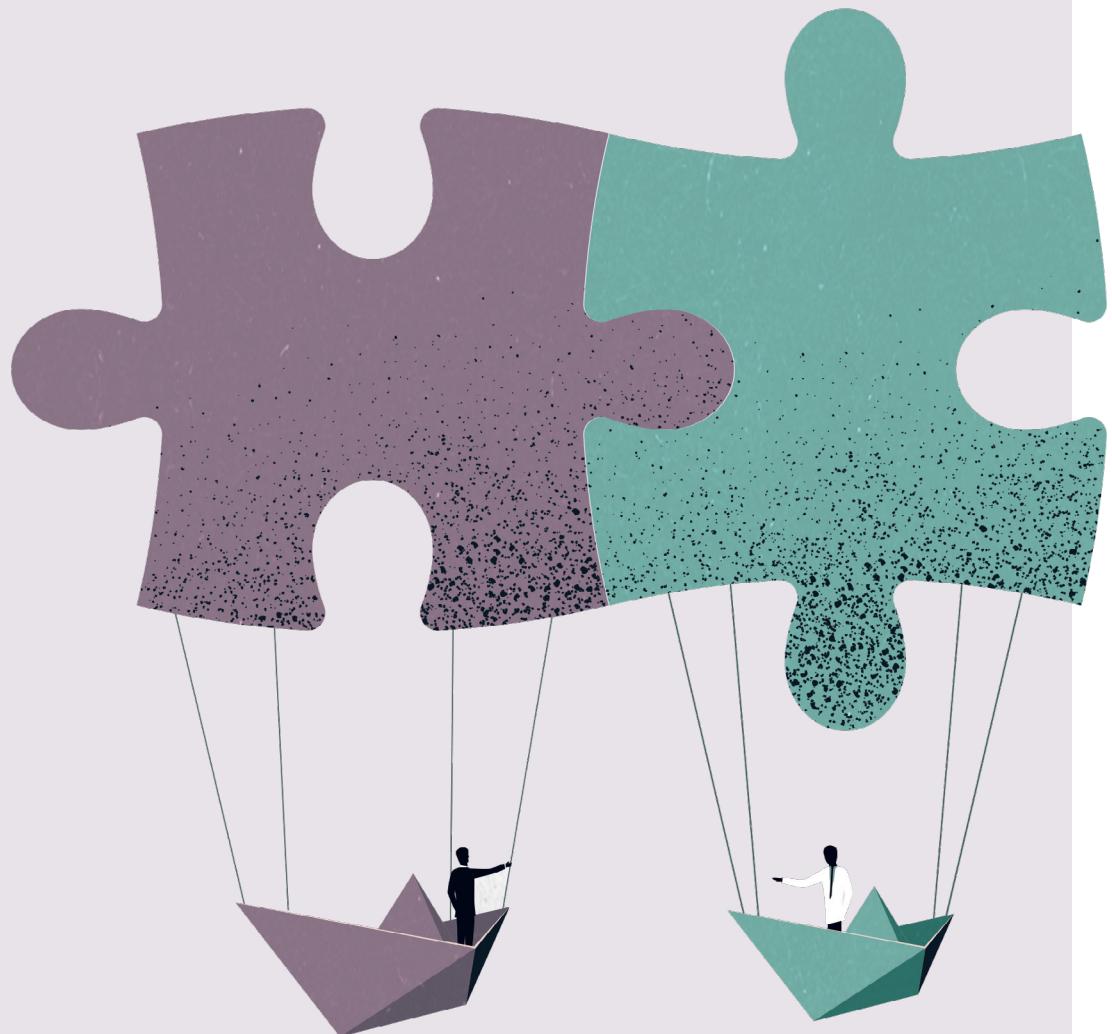
23

ACCOMPAGNER LE PATIENT AVANT,
PENDANT ET APRÈS SON TRAITEMENT

26

DES PATIENTS TÉMOIGNENT

Dans une société où tout va vite et où le stress peut affecter la qualité du sommeil, le pharmacien joue un rôle central, intervenant à la fois dans la sensibilisation des patients et dans la prévention des risques liés à l'utilisation des benzodiazépines et des hypnotiques de type Z. Ces médicaments, prescrits pour traiter l'anxiété et les troubles du sommeil, viennent avec certains enjeux, notamment en ce qui concerne leur efficacité et les risques d'accoutumance qu'ils engendrent. À titre de professionnel de la santé de première ligne, le pharmacien a son mot à dire non seulement dans la distribution de ces médicaments, mais également dans le suivi des patients qui en prennent.



MAL ÉTUDIÉES, SOUVENT MAL UTILISÉES : LES BENZODIAZÉPINES SOUS HAUTE SURVEILLANCE

Par Marie-Ève Martel, 37^e AVENUE



Les benzodiazépines sont prescrites depuis plusieurs dizaines d'années, mais leurs bénéfices réels à long terme restent à être évalués. Il est généralement recommandé d'utiliser les benzodiazépines tout au plus de quatre à six semaines, au besoin. Au-delà de cette période, on ignore si ces molécules sont réellement bénéfiques.

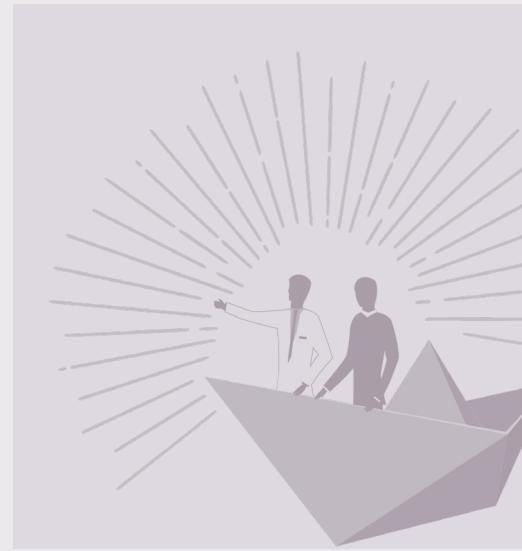
*« Au Québec,
12 % des aînés ont une
prescription de benzodiazépine ;
en Ontario ou dans l'Ouest,
par exemple, cette proportion
oscille entre 7 % et 8 %. »*

— D^r René Wittmer

« En fait, il n'existe pas d'études récentes et fiables qui démontrent les effets réels de ces molécules à moyen et long terme, indique Esthel Malenfant, pharmacienne au CIUSSS de la Capitale-Nationale et professeure de clinique à la Faculté de pharmacie de l'Université Laval. On n'a pas de données qui nous permettent de dire que c'est sécuritaire de prescrire ça pendant plus de quatre semaines. »

Selon des données fournies par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ), le nombre de personnes consommant des benzodiazépines dans la province a diminué de 30 % entre 2013 et 2023, passant de plus d'un demi-million à un peu moins de 393 000.

Trop longtemps, les benzodiazépines ont été prescrites sans qu'on s'interroge sur des options de rechange non pharmacologiques. « Idéalement, note le pharmacien Alexandre Campeau Calfat, la prescription de benzodiazépines devrait être envisagée en dernier recours. Mais comme il manque de psychothérapeutes, qu'il y a peu de rendez-vous offerts et que c'est assez dispendieux, ça crée une barrière d'accès pour un grand nombre de personnes. »



LES AÎNÉS PLUS À RISQUE

Les personnes âgées de 65 ans et plus sont les plus grandes consommatrices de benzodiazépines au Québec. Elles comptaient pour 70 % de tous les patients ayant reçu au moins une ordonnance en 2023.

En comparaison à d'autres provinces, le Québec surprescrit les benzodiazépines, avance le D^r René Wittmer, médecin de famille, professeur adjoint de clinique à la Faculté de médecine à l'Université de Montréal et président de Choisir avec soin Québec. « Au Québec, 12 % des aînés ont une prescription de benzodiazépine ; en Ontario ou dans l'Ouest, par exemple, cette proportion oscille entre 7 % et 8 % », indique-t-il.

Ce phénomène est symptomatique de la polypharmacie, soit le fait de consommer plusieurs médicaments d'ordonnance en même temps. « C'est plus fréquent chez les aînés du Québec, dont 1 sur 3 prend plus de 10 catégories de médicaments en même temps, souligne le D^r Wittmer. Ailleurs au pays, c'est un sur quatre. »

Chez les personnes âgées qui consomment ces produits depuis plusieurs années, on constate un risque accru de chutes ou d'épisodes de delirium, mentionne Alexandre Campeau Calfat.

« Une chute, une fracture et toute la perte d'autonomie qui va suivre peuvent faire la différence entre vieillir à la maison ou dans un CHSLD, renchérit Esthel Malenfant. Pour cette raison, les pharmaciens et les professionnels de la santé devraient porter une attention toute particulière à cette clientèle. »



Il n'est pas rare que des patients accoutumés à la molécule choisissent eux-mêmes de prendre une double dose pour renouer avec l'effet souhaité, terminant leur prescription plus vite que prévu.

LA PRUDENCE EST DE MISE

Les benzodiazépines sont encadrées par la *Loi réglementant certaines drogues et autres substances* parce que leur consommation peut susciter une dépendance, causer des surdoses ou même être mortelle. Ceci rend leur utilisation illégale en dehors des fins médicales ou scientifiques encadrées par des professionnels autorisés.

L'utilisation prolongée de ces médicaments entraîne une tachyphylaxie, c'est-à-dire une tolérance graduelle à la molécule qui fait en sorte qu'on doit en augmenter régulièrement la dose pour conserver le même effet. Il n'est donc pas rare que des patients accoutumés à la molécule choisissent eux-mêmes de prendre une double dose pour renouer avec l'effet souhaité, terminant leur prescription plus vite que prévu.

Entre autres effets indésirables courants, on note la somnolence, des étourdissements et une perte d'équilibre. À cela s'ajoutent des pertes de mémoire, des troubles cognitifs et un manque de concentration, signale Esthel Malenfant. Prises en plus grande quantité, les benzodiazépines peuvent également entraîner de la confusion, de la désorientation, l'amnésie, des troubles respiratoires et même la dépression. ▶



ACCOMPAGNER LE PATIENT AVANT, PENDANT ET APRÈS SON TRAITEMENT

Par Marie-Ève Martel, 37^e AVENUE



Prescrire des benzodiazépines ou des hypnotiques de type Z ne doit pas être fait à la légère. Surtout, le suivi du patient qui en consomme doit être le fruit d'un travail d'équipe entre tous les professionnels de la santé qui l'accompagnent.

Le Dr René Wittmer, médecin de famille et professeur adjoint de clinique à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal, constate un changement de culture vis-à-vis de ces médicaments. «Historiquement, nous avons eu le réflexe d'amorcer des traitements sans nous interroger en même temps sur la fin de ceux-ci, reconnaît-il. On voit de plus en plus cette préoccupation émerger, et cela se reflète dans la formation des futurs médecins.»

Selon Esthel Malenfant, pharmacienne et professeure à la Faculté de pharmacie de

l'Université Laval, les pharmaciens jouent un rôle central dans la surveillance des patients. «Ils jouissent d'une autonomie professionnelle qui a vraiment grandi ces dernières années. Dès la première prescription, ajoute-t-elle, on devrait planifier l'arrêt du médicament avec le patient. S'il est mal informé, et qu'il décide par lui-même d'arrêter d'en consommer, il peut vivre des effets négatifs désagréables qui pourraient le pousser plutôt à recommencer à prendre des benzodiazépines.»



«Avec les nouveaux utilisateurs, on doit dans un premier temps aborder immédiatement le risque lié à l'utilisation de ces médicaments à long terme.»

— Alexandre Campeau Calfat

Pour Alexandre Campeau Calfat, ses confrères et consœurs doivent s'investir dès qu'il est question, pour un patient, d'envisager la prise de benzodiazépines ou d'hypnotiques de type Z. «Il y a le volet des nouveaux utilisateurs, dit-il. Avec eux, on doit dans un premier temps aborder immédiatement le risque lié à l'utilisation de ces médicaments à long terme. C'est important de mentionner qu'il s'agit d'un traitement d'appoint à utiliser au besoin, sur une courte période, et que si on en a besoin de façon plus régulière, il faut nous aviser pour qu'on trouve une autre solution.»

«On doit dans un deuxième temps les aviser que l'efficacité du médicament est moins intéressante que d'autres méthodes non pharmacologiques», ajoute le professionnel, qui recommande entre autres la thérapie cognitivo-comportementale ou la tenue d'un journal de sommeil, accompagnée d'une meilleure hygiène du sommeil, pour combattre l'anxiété et l'insomnie.

DES SOLUTIONS DE RECHANGE AUX BENZODIAZÉPINES

Avant de se faire prescrire un médicament, il peut être bénéfique d'intégrer davantage d'exercice physique dans son quotidien et de tenter de réduire les sources de stress qui peuvent surve nir. «Il y a un consensus mondial selon lequel la pierre angulaire du traitement de l'insomnie n'est pas un médicament», avance Esthel Malenfant.

Les études démontrent que les effets calmants des benzodiazépines peuvent être obtenus sans médicaments. Que ce soit entre autres la course ou la marche, le vélo, le yoga, la méditation ou la lecture, la pratique d'activités physiques ou relaxantes peut améliorer le sommeil et aider à lutter contre l'anxiété.

L'organisme Choisir avec soin Québec propose d'ailleurs des carnets de prescription non pharmacologique¹ pour aider les patients, mentionne son président, le Dr René Wittmer. Ces conseils sont aussi disponibles en format vidéo.

Si cela n'est pas suffisant, il est alors possible d'envisager la médication. «Des études scientifiques démontrent que [les prescriptions non pharmacologiques] et la thérapie ont un taux de réussite de 70% pour améliorer la qualité du sommeil et que les effets sont durables dans le temps, ajoute Esthel Malenfant. Rien ne prouve l'efficacité des benzodiazépines sur ce plan.»

L'IMPORTANCE DE BIEN SUIVRE SON TRAITEMENT

Les patients qui se voient prescrire des benzodiazépines doivent faire l'objet d'un suivi pour faire en sorte que la prise de médicament se déroule sans anicroche et qu'elle ne mène pas à une dépendance.

«Ce qu'on souhaite, comme bonne pratique, c'est de limiter l'utilisation du médicament à une période de deux à quatre semaines; après, on réévalue la situation du patient, indique Alexandre Campeau Calfat. Autrement, si le traitement se prolonge à long terme, il y a un risque que la dépendance s'installe.»

En ce sens, le pharmacien doit se renseigner auprès du patient sur les effets que celui-ci observe dans les premières semaines de son

1 <https://choisiravecsoinquebec.ca/outils-et-ressources/prescriptions-non-pharmacologiques>

traitement. Un ajustement de la dose ou un changement de produit peut s'avérer nécessaire si les effets recensés sont insupportables pour le patient. Le pharmacien doit aussi s'assurer que le médicament prescrit n'entre pas en conflit avec d'autres consommés par le patient et que celui-ci comprend les modalités de son traitement, notamment en ce qui a trait à la consommation d'alcool.

À ce propos, le Dr René Wittmer parle d'un travail d'équipe. « Les médecins sont sensibles aux suggestions des pharmaciens, reconnaît-il. On est à l'aise de se faire poser des questions et on travaille tous les deux dans l'intérêt du patient. »

SE SEVRER EN TOUTE SÉCURITÉ

Le pharmacien a aussi un rôle à jouer pour encourager son patient à bien terminer son traitement. Alexandre Campeau Calfat donne en exemple le Réseau canadien pour l'usage approprié des médicaments et la déprescription, qui propose gratuitement beaucoup de documentation sur l'utilisation des médicaments hypnotiques.

« On a des données qui disent que de simplement fournir un dépliant qui parle des risques de la prise à long terme des médicaments augmente les chances de succès pour une déprescription, un arrêt ou une réduction de la dose », précise le pharmacien.

Mais attention ! Cesser de consommer des benzodiazépines ne se fait pas en criant lapin. Comme l'atteinte du bon dosage, le sevrage de la molécule doit s'effectuer par étapes. Le rôle du pharmacien est ici essentiel, puisqu'il fera, comme au début de la prise du médicament, un suivi auprès du patient pour constater son état au fur et à mesure qu'il se sèvre. Il pourra, le cas échéant, communiquer avec le médecin traitant du patient pour proposer des ajustements au dosage ou au calendrier de sevrage.

« Ce ne sont pas tous les patients qui vont avoir le même sevrage, affirme Alexandre Campeau Calfat. Il faut individualiser la prise en charge du patient. »

Un arrêt brusque et immédiat du médicament peut mener à un effet « rebond », c'est-à-dire à l'amplification des symptômes pour lesquels on

QUELQUES RESSOURCES PERTINENTES

Pour les pharmaciens

- Guide de pratique pour faciliter la déprescription des benzodiazépines : <https://www.cfp.ca/content/64/5/339>
- Algorithme de déprescription : <https://deprescribing.org/wp-content/uploads/2018/05/deprescribing-algorithm-benzodiazepines-2018-fr.pdf>
- Vidéo informative pour savoir comment impliquer les patients dans le processus de déprescription, choisir des solutions de remplacement viables aux benzodiazépines et utiliser les protocoles appropriés : <https://www.reseaudeprescription.ca/video-sedatifs>
- Prescription non pharmacologique pour le traitement de l'insomnie : <https://choisiravecsoinquebec.ca/outils-et-ressources/prescriptions-non-pharmacologiques>

Pour accompagner les patients

- Brochure d'information abordant différents aspects liés à la prise de benzodiazépines, incluant le sevrage : <https://www.reseaudeprescription.ca/s/Somniferesetmedscontrelanxiete-bl9w.pdf>
- Brochure sur la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) pour le traitement de l'insomnie : https://www.reseaudeprescription.ca/s/Brochuresommeil_29mars2021.pdf
- Site Web Mieux dormir, qui inclut plusieurs outils pertinents : mieux-dormir.ca

l'a consommé de prime abord. « On peut ressentir plus d'insomnie, plus d'anxiété, de l'irritabilité, de la confusion aussi, énumère Alexandre Campeau Calfat. Souvent, les patients vont conclure qu'ils ressentent ces symptômes parce qu'ils ont besoin de la molécule alors que, dans les faits, c'est simplement qu'ils ont arrêté d'en prendre trop vite. »

La science indique qu'une réduction graduelle de 25 % de la dose, à intervalle de quelques semaines, est la meilleure manière de sevrer un patient. « Ça fait en sorte que la transition est plus douce et plus facile pour le patient, même si ça prend plus de temps », explique Alexandre Campeau Calfat. ▶

DES PATIENTS TÉMOIGNENT

Par Marie-Ève Martel, 37^e AVENUE



C'est en 2009 que James s'est fait prescrire du Rivotril afin de supporter des spasmes musculaires résultant d'une opération plus ou moins réussie et d'une intervention chirurgicale correctrice qui l'a traumatisé.

S'il ne l'utilisait au départ qu'au besoin, sur la recommandation de son médecin, James est devenu, dans ses propres mots, un « accro accidentel ». « À force d'en prendre à l'occasion, et de vivre un minisevrage chaque fois parce que je n'en reprenais plus pour un bout, la dose a fini par ne plus faire son effet », raconte-t-il.

Surtout, la benzodiazépine a altéré sa personnalité, plaide le patient. « J'ai commencé à remarquer un changement dans ma personnalité, confie-t-il. Naturellement, je suis quelqu'un

de peureux, d'anxieux. Et là, j'agissais comme quelqu'un qui devient courageux après avoir pris de l'alcool. » Il a notamment quitté son emploi, qu'il occupait depuis plusieurs années, sur un coup de tête, s'est adonné à des activités jugées « extrêmes » et est parti vivre au Mexique, où, après cinq mois, il a été attaqué par un parasite. Pour le soigner, on lui a prescrit un antibiotique qui a contrecarré l'effet du Rivotril.

Son médecin lui a alors recommandé d'augmenter sa dose de Rivotril, le temps d'être suffisamment



stable pour revenir au Québec, pour y entreprendre un sevrage en bonne et due forme.

Il lui aura fallu six mois pour y parvenir. Insatisfait des conseils de ses médecins et souhaitant une transition encore plus douce, James a entrepris de dissoudre ses comprimés dans de la glycérine et d'ingérer le tout en gouttes. « J'ai fait mes recherches et j'ai trouvé ça sur YouTube », confie-t-il.

Au plus fort du sevrage, James n'arrivait plus à dormir. « Parfois, c'était comme si j'entendais des coups de feu. D'autres soirs, j'avais un léger acouphène. J'ai aussi des problèmes à l'oreille, et ça me cause des problèmes d'équilibre. »

Il s'est aussi mis à faire de l'anxiété chronique et de l'agoraphobie.

Cinq ans plus tard, James éprouve encore des difficultés à garder l'équilibre. Il demeure également très anxieux.

Avec le recul, il aurait aimé être mieux conseillé. « Ce que je me demande, c'est pourquoi mon pharmacien ne m'a pas demandé pourquoi, après un an et plus, je prenais encore du Rivotril. »

LE SEVRAGE EN DOUCEUR DE LINA

Après près d'une décennie à consommer quotidiennement du clonazépam, c'est le neurologue de Lina qui lui a suggéré de cesser de consommer cette benzodiazépine qu'elle prenait pour dormir. « Ce serait le temps qu'on cesse ça, ce n'est pas l'idéal de prendre un médicament aussi longtemps », lui a dit le médecin spécialiste.

« C'est vrai, avec le temps, et surtout quand on prend plusieurs médicaments, on n'a plus le réflexe de se poser la question sur l'utilité de ce qu'on consomme depuis longtemps », indique la sexagénaire. « À un moment donné, quand tu arrives à un certain niveau, une certaine dose, le corps ne réagit plus, il est habitué au médicament », dit-elle.

Même si ses multiples maladies chroniques l'ont amenée à consommer une grande variété de médicaments, Lina n'a pas eu de mal à se sevrer du clonazépam. « Je ne me souviens plus du temps que ça a pris, mais on l'a fait sur une très

« J'ai toujours été bien accompagnée par l'équipe, raconte-t-elle. Mon pharmacien a toujours pris le temps de m'expliquer les effets que je risquais de ressentir, de voir comment le sevrage se passait. »

— Lina

longue période, et c'est ce que j'avais demandé », témoigne-t-elle.

« On y est allés avec une diminution de 0,5 mg chaque mois, pour que mon corps apprenne à se passer graduellement [de la molécule] », poursuit-elle.

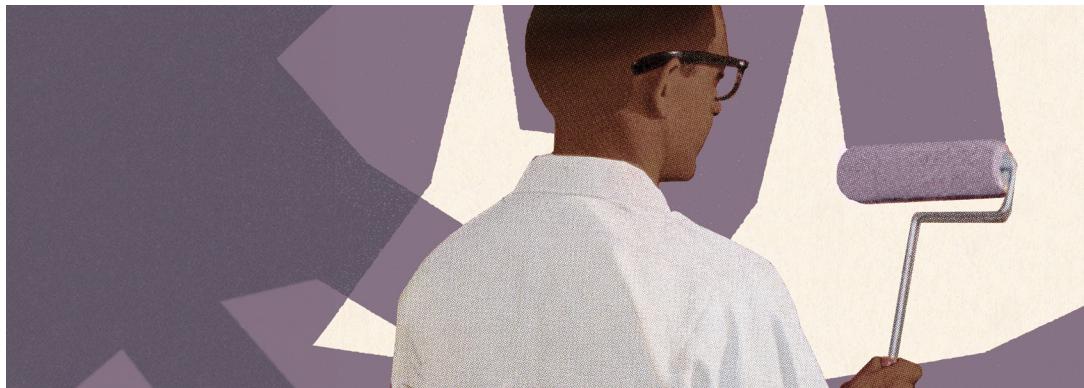
La transition s'est bien opérée, notamment grâce à la communication entre son neurologue et son pharmacien, qui l'a accompagnée tout au long du processus. « Le neurologue, je le vois une fois tous les six mois : il n'a pas le temps de faire un suivi tous les mois comme mon pharmacien l'a fait », relate Lina.

La dame n'a que de bons mots pour son professionnel de la santé, qu'elle connaît depuis près de 20 ans. « J'ai toujours été bien accompagnée par l'équipe, raconte-t-elle. Mon pharmacien a toujours pris le temps de m'expliquer les effets que je risquais de ressentir, de voir comment le sevrage se passait. »

Lina a aussi été rassurée par le fait de pouvoir obtenir une consultation en toute confidentialité dans un local fermé. ◀

LE PROJET DE LOI 67 : POUR UNE MODERNISATION DU SYSTÈME PROFESSIONNEL

Par la Direction des services juridiques et secrétariat de l'Ordre



Le 4 juin 2024, la ministre Sonia LeBel présentait le projet de loi 67 modifiant le *Code des professions pour la modernisation du système professionnel* et visant l'élargissement de certaines pratiques professionnelles dans le domaine de la santé et des services sociaux. Des changements à la *Loi sur la pharmacie* y sont également inclus. Ces modifications législatives s'inscrivent dans le cadre du Plan santé du gouvernement du Québec, qui a comme objectif, notamment, d'améliorer l'accessibilité et la qualité des soins et services à la population. Cet article propose une analyse des principales dispositions du projet de loi.

PERMIS ET AUTORISATION SPÉCIALE

Le projet de loi permet aux ordres professionnels de délivrer un permis restrictif et un permis spécial pour l'exercice de certaines activités professionnelles dans des cas spécifiques.

En situation d'urgence, le ministre pourra autoriser la délivrance d'une autorisation spéciale d'exercer des activités professionnelles réservées aux membres d'un ordre professionnel, afin de répondre rapidement aux besoins.

EXERCICE AU SEIN DE PERSONNES MORALES SANS BUT LUCRATIF

Le projet de loi introduit également la possibilité pour l'ensemble des ordres professionnels d'autoriser l'exercice d'une profession au sein d'une personne morale sans but lucratif (OBNL), ce qui pourrait favoriser l'accès aux services professionnels pour des clientèles vulnérables.

ÉLARGISSEMENT DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

Le projet de loi propose de remplacer la notion d'évaluation par celle de diagnostic dans plusieurs activités réservées à certaines professions. Par exemple, les psychologues pourront diagnostiquer les troubles mentaux, tandis que les orthophonistes et audiologistes pourront diagnostiquer les troubles du langage et d'apprentissage. Les conseillers d'orientation pourront quant à eux diagnostiquer la déficience intellectuelle, et les sexologues, les troubles sexuels, sous réserve de l'obtention d'attestations spécifiques délivrées par leurs ordres professionnels respectifs. L'infirmière clinicienne, quant à elle, pourra diagnostiquer les troubles mentaux à l'exception des déficiences intellectuelles.

PROTECTION DES RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

Le projet de loi stipule qu'un ordre professionnel doit refuser de confirmer l'existence ou de communiquer des renseignements personnels concernant un membre, si cette divulgation peut mettre en péril la sécurité du membre ou lui causer un préjudice. Cette nouvelle restriction d'accès à des renseignements à caractère public concernant un membre s'arrime avec les nouvelles normes en matière de protection des renseignements personnels.

PROJETS PILOTES

Le projet de loi permet également la mise en œuvre de projets pilotes, offrant ainsi aux ordres professionnels une plus grande latitude pour expérimenter de nouvelles pratiques et ajuster leurs services en fonction des besoins spécifiques des populations desservies. Ces projets pourraient inclure des initiatives innovantes pour améliorer l'accès aux soins et optimiser les ressources disponibles.

MODIFICATIONS À LA LOI SUR LA PHARMACIE

Le projet de loi comprend également des modifications à la *Loi sur la pharmacie*, que nous abordons à la page 10 de ce numéro de *L'interaction*.

EN CONCLUSION

Le projet de loi 67 représente la première étape dans la modernisation du système professionnel au Québec. En élargissant les pratiques de plusieurs professionnels et en permettant une plus grande flexibilité aux ordres professionnels par des projets pilotes et la possibilité pour l'ensemble d'autoriser leurs membres à exercer leur profession au sein d'un OBNL, ce projet de loi apporte des solutions à certains défis actuels. Il s'agit d'une initiative qui, si elle est adoptée, pourrait améliorer l'accès aux services professionnels pour tous les Québécois. Le succès de cette réforme dépendra toutefois de la mise en œuvre efficace des nouvelles mesures et de l'adaptation des ordres professionnels aux nouvelles réalités. ▶



PHARMA TRANSAC
INC.
COURTIER EN PHARMACIE
**LES SPÉCIALISTES DE LA
PHARMACIE INDÉPENDANTE**



pharmatransac.com

ÊTRE BIEN REPRÉSENTÉ FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE!

AVEC TOUT PRÈS DE 300 TRANSACTIONS DE PHARMACIE
RÉALISÉES PARTOUT AU QUÉBEC ET PLUS DE 20 ANS D'EXPÉRIENCE
COMMUNIQUEZ AVEC NOUS POUR VOUS FAIRE CONSEILLER.

PHARMACIEN(NE) PROPRIÉTAIRE

Vous songez vendre? Laissez-nous, confidentiellement, vous donner notre opinion sur la valeur marchande de votre pharmacie. Avant d'accepter une offre, surtout si peu d'acheteurs ont été sollicités, n'hésitez pas à nous consulter, sans engagement et sans frais, afin d'être certain de vendre à un prix raisonnable. Avec l'expérience que nous cumulons, nous avons presque tout vu. Nous travaillons avec toutes les bannières et nous sommes en mesure de bien vous conseiller AVANT et PENDANT le processus de vente. Être représenté par une personne qui s'occupe seulement de vos intérêts et qui n'a pas de conflit d'intérêt parce qu'elle représente en même temps, soit l'acheteur, soit la bannière, fait toute la différence.

POUR LES PHARMACIENS(NES) QUI SOUHAITENT DEVENIR PROPRIÉTAIRES

Puisque les dossiers de vente demeurent confidentiels, communiquer avec nous et toutes les bannières et intervenants de l'industrie afin de vous faire connaître. Faire savoir à l'industrie que vous êtes à la recherche est primordial. Vous ne savez pas qui vous présentera le BON dossier. Vous avez des questions concernant l'acquisition d'une pharmacie, appelez-nous! C'est gratuit et confidentiel.

MARC JARRY

Bur. : **514 529-7370**

Cell. : **514 771-7370**

PASCAL BOURQUE

Bur. : **418 619-0637**

Cell. : **418 254-8350**

L'IMPORTANCE DES RÉUNIONS D'ÉQUIPE

Par Marie-Ève Martel – 37^e AVENUE

La communication est la plupart du temps le nerf de la guerre dans les organisations, y compris en pharmacie. L'enjeu est encore plus important lorsque les heures d'ouverture sont étendues et que plusieurs membres du personnel se croisent à peine sur le plancher. Et si prendre quelques minutes sur une base régulière vous permettait d'optimiser la gestion de votre pharmacie ?



Catherine Rioux, CRHA, PPCC, et présidente de Rioux Consultants RH, est d'avis que les rencontres d'équipe ont le potentiel de bénéficier non seulement à tout le personnel de la pharmacie, mais aussi à sa clientèle. « Plus on a des membres d'une équipe qui communiquent entre eux, meilleur est le service, et le patient sera gagnant », dit-elle.

Selon la professionnelle des relations humaines, une rencontre hebdomadaire ou quotidienne d'une quinzaine de minutes peut faire des miracles pour la cohésion d'équipe et l'organisation du travail. « Est-ce qu'on a des enjeux particuliers dont on doit se préoccuper ? Des changements à appliquer dans l'organisation des soins et services ? De nouveaux collègues à accueillir ? Ce sont des choses qui peuvent être communiquées dans ce genre de rencontre », fait valoir Catherine Rioux. « Ces rencontres sont un outil de communication pour faciliter la transmission d'informations entre tous les membres du personnel », ajoute-t-elle.

BONNES PRATIQUES DE TRAVAIL

Pharmacien propriétaire, Nicolas Carboneau a instauré des rencontres d'équipe pendant la pandémie. « Les troupes avaient besoin d'un capitaine à bord pour les guider dans la tempête », illustre celui qui est titulaire d'un DESS en gestion, en plus de ses diplômes en pharmacie. Ces rencontres ont perduré depuis et font désormais partie des

«Plus on a des membres d'une équipe qui communiquent entre eux, meilleur est le service, et le patient sera gagnant»

— Catherine Rioux

«bonnes pratiques de travail» des quelque 57 employés de l'établissement.

«Évidemment, on ne réunit jamais tout le monde en même temps, et ça serait compliqué en raison des heures d'ouverture très larges de la pharmacie, reconnaît Nicolas Carboneau. On tient plutôt plusieurs réunions, selon le message qu'on souhaite communiquer. Quand c'est très important, on privilégie les rencontres en petits groupes de 4 ou 5 employés pour s'assurer que tout le monde a bien compris.»

Les pharmaciens se concertent quant à eux dans des rencontres tenues sur Teams, généralement entre 21 h 30 et 22 h, après la fermeture de la pharmacie.

COMMENT S'Y PRENDRE ?

Pour vous donner un coup de pouce si vous souhaitez planter des réunions d'équipe au sein de votre établissement, Nicolas Carboneau et Catherine Rioux y vont de quelques conseils.

1- Tenir des rencontres de tout au plus une demi-heure. «Il ne faut pas abuser du temps des employés. Il faut être bien organisé et choisir un ou deux sujets à aborder lors de la rencontre», indique le pharmacien.

2- En faire une bonne habitude. «Il faut faire preuve de rigueur et tenir les rencontres sur une base régulière, même si c'est seulement une fois par semaine, conseille Catherine Rioux. Si on veut que les employés prennent ces rencontres au sérieux, on ne peut pas en faire une de temps en temps. Ça doit devenir un rendez-vous incontournable.»

3- Inviter les bonnes personnes. «Ce n'est pas tout le monde qui doit assister à chaque rencontre. Il vaut mieux faire des réunions avec des petits groupes pour s'assurer que la communication est plus efficace», note Nicolas Carboneau.

4- Instaurer un climat de confiance et de sécurité propice au dialogue. «Il faut que les employés sentent qu'ils peuvent s'ouvrir et dire ce qu'ils pensent, indique Nicolas Carboneau. Ils doivent aussi sentir que ces rencontres en valent la peine. De cette façon, ils auront envie d'y contribuer.»

5- Encourager la participation de chacun. «Il faut du leadership. D'un côté, certains pharmaciens sont mal à l'aise de communiquer les orientations, mais il faut diriger l'équipe et lui montrer la destination à atteindre, relève Nicolas Carboneau. D'un autre côté, il ne faut pas que ce soit trop magistral. Il faut de l'interaction.»

6- Garder d'autres canaux de communication ouverts. «Il faut quand même demeurer disponible pour nos employés qui ont besoin de s'exprimer en dehors de ces réunions, explique Nicolas Carboneau. On peut communiquer par courriel, par téléphone, par message texte ou même via Teams.»

7- Avoir du plaisir et profiter de ces moments pour célébrer des victoires en équipe. «C'est très important de garder un esprit positif et de s'applaudir ensemble quand on fait de bons coups. Ce n'est pas juste du bourrage de crâne», note Nicolas Carboneau. Celui-ci termine généralement ses rencontres d'équipe par des jeux ou même par des parties de badminton improvisées dans la ruelle adjacente. ◀

QUESTION DE PRATIQUE

OÙ PUIS-JE TROUVER DES
INFORMATIONS FIABLES
SUR LES EXIGENCES LIÉES AUX ORDONNANCES
FAITES PAR LES PROFESSIONNELS HABILITÉS
À PRESCRIRE ?



Au Québec, plus d'une dizaine de professionnels sont habilités à prescrire des médicaments pour les humains ou les animaux. Heureusement, les exigences liées à la manière de rédiger des ordonnances sont assez similaires d'un professionnel à l'autre.

Sur le site Web de l'Ordre se trouve un tableau pratique¹ présentant les principales modalités liées à la prescription de médicaments pour les professionnels exerçant au Québec.

La page « Outils et ressources pour les ordonnances² » du site Web du Collège des médecins du Québec (CMQ) est aussi une excellente source d'information à cet effet. Elle contient entre autres des guides et des fiches d'information qui orientent les médecins et informent les pharmaciens sur les bonnes pratiques liées à la rédaction d'une ordonnance et à sa transmission. Ces bonnes pratiques permettent notamment d'assurer une bonne collaboration entre les professionnels impliqués et de favoriser la santé et la sécurité des patients.

Plusieurs de ces outils du CMQ ont été produits conjointement avec l'Ordre des pharmaciens et l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec. Un bel exemple de collaboration interprofessionnelle! ▶

Ces bonnes pratiques permettent notamment d'assurer une bonne collaboration entre les professionnels impliqués et de favoriser la santé et la sécurité des patients.

1 <https://www.opq.org/materiel-documentation/tableau-pratique-les-professionnels-habilites-a-prescrire-au-quebec>

2 <https://www.cmq.org/fr/pratiquer-la-medecine/informations-clinique/ordonnances-outils--ressources>



Des réponses à vos questions en quelques clics

Vous désirez valider certains renseignements ou encore savoir comment procéder dans diverses situations ? Visitez notre foire aux questions sur la pratique professionnelle.

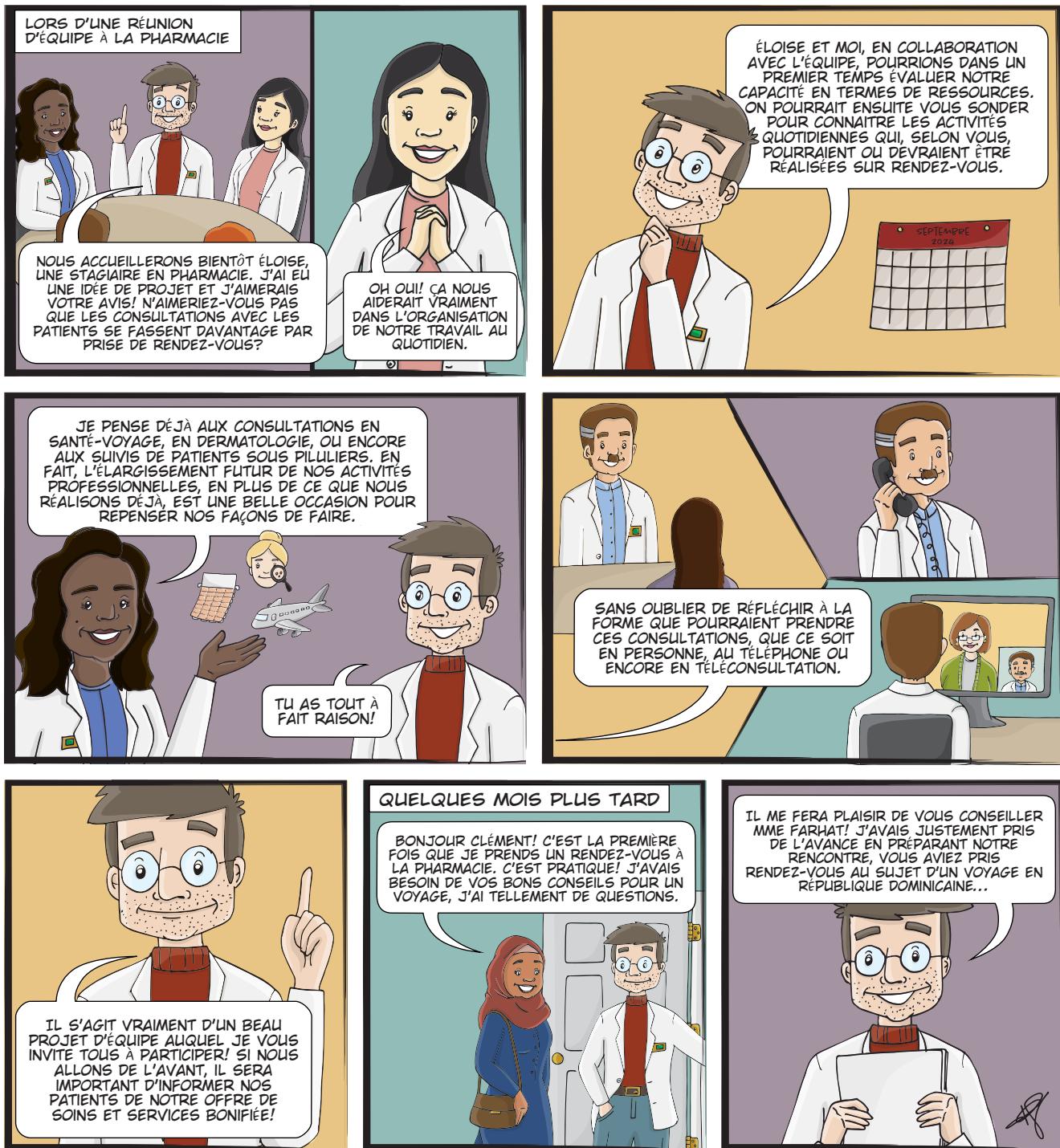
 ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC

Deux façons simples d'accéder à l'information

- 1 En cliquant sur une thématique (projet de loi 31, ordonnances, organisation du travail, etc.)
- 2 En cherchant via le moteur de recherche

Disponible au [opq.org](https://www.opq.org)
Pratique professionnelle > Questions de pratique

LE PETIT MONDE DE CLÉMENT



LUC VIGNEAULT REÇOIT UN DOCTORAT *HONORIS CAUSA*

En reconnaissance de sa contribution scientifique et sociétale à l'amélioration des soins en santé mentale, Luc Vigneault a reçu en juin dernier un doctorat honoris causa en pharmacie de l'Université Laval.

Ce formateur auprès de l'Ordre depuis plus d'un an¹ nous fait bénéficier de son expérience et de sa vision d'une saine alliance thérapeutique avec les patients. En effet, Luc Vigneault sait de quoi il parle, ayant déjà été traité pour la schizophrénie, la dépendance aux substances et la dépression. Il a œuvré comme pair aidant dans la communauté et en institution, en plus d'être pair aidant consultant à la Direction des programmes de santé mentale et dépendances du CIUSSS de la Capitale-Nationale. Il a aussi participé à de nombreux comités d'experts pour le MSSS sur la santé mentale et il a été président de plusieurs regroupements québécois en santé mentale.

Bravo à M. Vigneault pour cette reconnaissance à la hauteur de son impressionnant parcours! ▶



¹ Développer une alliance thérapeutique avec un patient atteint d'un trouble de santé mentale, formation présentée en duo avec le pharmacien Philippe Vincent.

LA PHARMACIENNE JULIE BROUSSEAU REÇOIT LE PRIX DE LA RELÈVE ENSEIGNANTE 2024



Le 7 juin 2024, la pharmacienne Julie Brousseau, qui est également enseignante et coordonnatrice du programme de Techniques de pharmacie au Cégep Limoilou, s'est vu décerner le prix de la Relève enseignante 2024 par l'Association québécoise de pédagogie collégiale. Son engagement incommensurable et soutenu, son apport considérable à la vie pédagogique et collégiale, son travail acharné et son souci de la rigueur ont notamment été soulignés à cette occasion.

Instauré en 2022, le prix de la Relève enseignante récompense une personne en début de carrière qui exerce déjà une influence positive importante par son apport pédagogique sur son établissement ou sur le réseau collégial.

Toutes nos félicitations à Julie Brousseau pour ce prix! ▶



Profitez d'une expérience d'apprentissage novatrice, dynamique et centrée sur des thèmes d'actualité !

NANOPROGRAMMES 1 ET 2 EN GÉRIATRIE

NANO 1: Du 16 septembre 2024 au 7 février 2025

NANO 2: Du 10 février 2025 au 30 mai 2025

NANOPROGRAMME EN DIABÈTE

Du 21 octobre 2024 au 30 mai 2025

NANOPROGRAMME EN CARDIOLOGIE

Du 13 janvier 2025 au 13 juin 2025



SYMPOSIUM DU CENTENAIRE DE LA FACULTÉ DE PHARMACIE DE L'UNIVERSITÉ LAVAL

Ensemble, façonnons la pharmacie de demain
par la réflexion, l'innovation et l'action !

25 octobre 2024

PARTICIPANT(E)
AUX GRANDES
RETRouvailles
DE LA FACULTÉ:
bénéficiez d'un rabais de

100 \$

sur le tarif d'inscription
régulier du
Symposium !



Apprenez-en davantage
sur les différentes formations
et inscrivez-vous dès maintenant !

