

#ÉtéSansSouci

# Produits de santé en été, j'adopte les bons réflexes

## Je pense à m'hydrater



### Je pense à m'hydrater

Certains médicaments sont susceptibles d'**aggraver une déshydratation** ou un **coup de chaleur** :

- Je **m'hydrate** et me **rafraichis** régulièrement.
- Je **n'arrête pas mon traitement** sans demander l'avis d'un professionnel de santé.

## Je conserve mes médicaments à l'abri de la chaleur

### Pour préserver la stabilité et l'efficacité de mon médicament :

- J'évite d'exposer mes médicaments directement au soleil.
- Je respecte les conditions de conservation indiquées dans la notice.

**Je suis particulièrement vigilant si j'utilise un lecteur de glycémie** car l'exposition des bandelettes, des lecteurs et des solutions de contrôle à de fortes variations de températures ou à une atmosphère humide peut avoir une incidence sur leur bon fonctionnement. En cas de résultat inhabituel, je consulte un professionnel de santé.



## Médicaments photosensibilisants : attention au soleil



Certains médicaments peuvent **entraîner des réactions anormalement exagérées de la peau** en cas d'exposition au soleil :

- **Je consulte la notice** pour savoir si mon médicament interagit avec le soleil et je demande conseil à un professionnel de santé.
- **Je n'expose pas les zones traitées** au soleil (même voilé), ni aux UVA en cabine pendant toute la durée du traitement et deux semaines après son arrêt.
- **Je me protège du soleil** par le port d'un vêtement (la crème solaire ne suffit pas).
- **J'arrête immédiatement le traitement en cas d'apparition d'une réaction cutanée** (rougeur, démangeaison...) et je consulte un médecin.