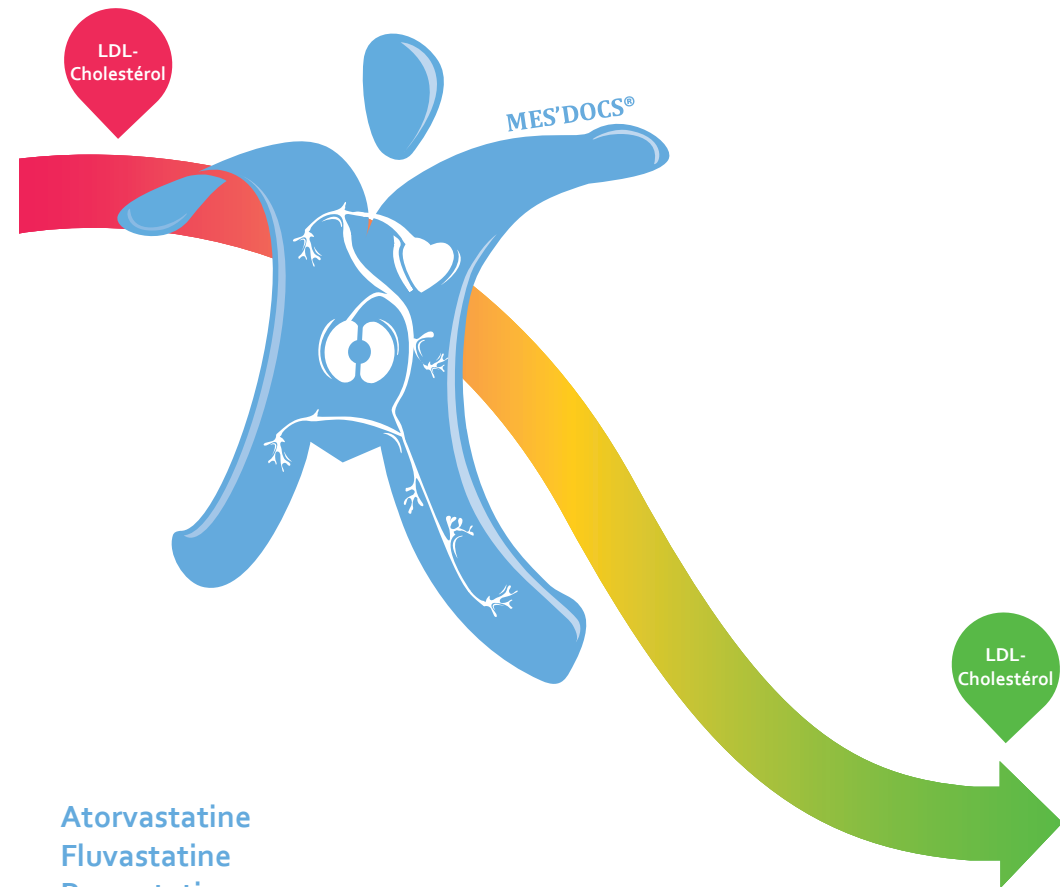


# Les statines

Cette fiche est un outil d'éducation thérapeutique du patient (ETP) élaboré pour favoriser les échanges entre patients et professionnels de santé sur les médicaments.

Son contenu a été adapté pour des patients atteints de maladies rénales chroniques.

(1). Les plus fréquents selon le résumé des caractéristiques du produit (RCP).  
<http://www.base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr>



Atorvastatine  
Fluvastatine  
Pravastatine  
Rosuvastatine  
Simvastatine...

Rénif  
55 rue de Turbigo  
75003 Paris  
Tél. 01 48 01 93 04  
education@renif.fr  
www.renif.fr

Nos partenaires :



Mai 2022

# Les statines



## A quoi servent ces médicaments ?

Le cholestérol est une graisse naturelle fabriquée par le foie. Il est également apporté par l'alimentation.

Il est indispensable au fonctionnement de l'organisme. Il est un des constituants des cellules et participe aussi à la synthèse de plusieurs hormones.

Il existe sous 2 formes principales : le HDL-cholestérol appelé «bon» cholestérol et le LDL-cholestérol appelé «mauvais» cholestérol.

L'excès de LDL-cholestérol dans le sang (hypercholestérolémie) forme des dépôts à l'intérieur des artères du cœur, du cerveau, des jambes et des reins. Ces dépôts entraînent des complications cardio-vasculaires (infarctus, AVC...).

**Les statines sont une famille de médicaments hypocholestérolémiants.**

**Elles diminuent la synthèse du cholestérol au niveau du foie abaissant ainsi le taux de LDL-cholestérol dans le sang.**



## Comment et quand prendre ces médicaments ?

Je les prends avec de l'eau, une fois par jour, selon l'ordonnance du médecin.

Si j'ai besoin de décaler la prise du médicament ou si je l'oublie, je peux le prendre :



- jusqu'à 8 heures après l'heure habituelle.

**Au delà, je ne le prends pas et j'attends la prise suivante.**

**Je ne dois jamais doubler la dose pour compenser celle oubliée.**



## Que faire si des effets indésirables<sup>(1)</sup> apparaissent ?

### ***Douleurs musculaires***

Ces médicaments peuvent entraîner des douleurs musculaires, des crampes ou une faiblesse musculaire.

Les compléments alimentaires à base de levure de riz rouge majorent ces douleurs. Ils ne doivent pas être consommés avec les statines.

Si ces effets apparaissent, **j'appelle mon médecin.**



## Comment me rendre compte de l'efficacité du traitement ?

Les analyses de sang ne peuvent pas me permettre d'évaluer l'efficacité de ces médicaments. Seul mon médecin déterminera mon objectif de LDL-cholestérol en fonction de mes facteurs de risque cardiovasculaire associés (tabac, hypertension artérielle, âge...).



## Quelles règles hygiéno-diététiques adopter ?

La pratique d'une activité physique régulière, même modérée, permet de réduire le LDL-cholestérol.

L'arrêt du tabac fait également partie des mesures de protection cardiovasculaire.

Le jus de pamplemousse ou de pomelos peut interagir avec mon traitement, j'en parle à mon médecin.

**Avec un diététicien, j'adapte mes apports en graisses alimentaires en quantité et en qualité.**