

# Petit guide pour une utilisation judicieuse des ANTIBIOTIQUES

Les antibiotiques sont des médicaments importants qui éliminent les infections bactériennes.

Ce type de médicament est utilisé pour traiter les infections causées par des bactéries. Les infections peuvent être causées par des virus ou des bactéries. Les antibiotiques n'éliminent pas les infections virales et peuvent également provoquer des effets secondaires désagréables.

La résistance aux antibiotiques est une façon naturelle pour les bactéries de survivre et de se multiplier. Les bactéries, en se transformant, empêchent les antibiotiques de les éliminer. Des bactéries résistantes aux antibiotiques peuvent se développer si vous prenez des antibiotiques sans en avoir besoin. Ces bactéries résistantes sont parfois appelées « **superbactéries** ».

PRÉVENTION  
DES  
MALADIES  
COURANTES

## Infections virales

et

## Infections bactériennes

- Il peut s'agir de rhumes, de la grippe, de la laryngotrachéite aiguë, de la laryngite, de rhumes de poitrine (bronchites) et de la plupart des maux de gorge.
- Elles sont généralement plus contagieuses que les infections bactériennes.
- En général, l'état de santé s'améliore en 4 ou 5 jours, mais cela peut parfois prendre jusqu'à trois semaines.

**X Les antibiotiques ne fonctionnent pas pour les infections virales.**

- Elles sont moins fréquentes que les infections virales.
- Par exemple, il peut s'agir d'angines à streptocoques et de certains types de pneumonie.

**✓ Les antibiotiques fonctionnent pour les infections bactériennes, mais ne sont pas toujours nécessaires.**

## Le lavage des mains est le meilleur moyen d'arrêter la propagation des infections.

### Comment se laver les mains



Se mouiller les mains



Appliquer du  
savon ordinaire



Se frotter les mains



Se rincer les mains



Se sécher les mains



Fermer le robinet avec  
une serviette en papier

### Quand se laver les mains

- Avant les repas
- Avant, pendant et après la préparation des aliments
- Avant l'allaitement
- Après avoir utilisé les toilettes ou aidé un enfant à les utiliser
- Avant et après le changement de couches ou de produits d'hygiène féminine
- Après s'être mouché ou avoir essuyé le nez d'un enfant
- Après avoir manipulé des objets partagés avec d'autres comme des stylos
- Avant d'insérer ou de retirer des lentilles de contact
- Avant et après avoir pris soin d'une personne malade
- Après avoir touché ou nourri un animal, ou après avoir manipulé des déchets animaux

## Principaux conseils de sécurité pour les antibiotiques

- 1 Lavez-vous régulièrement les mains avec du savon ordinaire et apprenez à vos enfants à faire de même.
- 2 Demandez à votre médecin si votre infection est virale ou bactérienne et si un antibiotique est nécessaire.
- 3 Soyez patient lorsque vous (ou votre enfant) présentez des symptômes de rhume, de toux ou de mal de gorge. La plupart des maladies virales prennent 4 à 5 jours avant d'améliorer votre état et jusqu'à 3 semaines avant votre rétablissement complet.
- 4 Assurez-vous que vous et votre enfant êtes à jour en matière d'immunisation de routine, y compris le vaccin annuel contre la grippe (influenza).
- 5 Couvrez-vous le nez et la bouche lorsque vous éternuez ou toussiez et apprenez à vos enfants à faire de même.

### Questions à discuter avec votre médecin

Si votre médecin vous suggère un antibiotique, posez-lui les questions suivantes :



Quels en sont les effets secondaires possibles?

Quoi puis-je faire d'autre pour m'aider à aller mieux?

### Pour en savoir plus

Pour obtenir immédiatement les conseils d'un professionnel de la santé, appelez **HealthLink BC** au **8-1-1** (accessible en tout temps dans plus de 130 langues différentes) ou visitez le site [www.healthlinkbc.ca](http://www.healthlinkbc.ca) (en anglais).

Pour en savoir plus sur les symptômes, la gestion et les mesures de prévention de certaines maladies, consultez le guide complet sur *l'utilisation judicieuse des antibiotiques* à l'adresse [www.antibioticwise.ca](http://www.antibioticwise.ca) (en anglais).



antibiotic  
**wise.ca**

  
BC Centre for Disease Control  
Provincial Health Services Authority

  
BRITISH  
COLUMBIA