

Les antibiotiques ne sont pas des bonbons !



Les utiliser à mauvais escient entraîne la formation
de BACTÉRIES ANTIBIORÉSISTANTES. LES INFECTIONS
QU'ELLES PROVOQUENT TUENT CHAQUE ANNÉE PLUS
DE 25000 PERSONNES DANS L'UE !

En cas de rhume, de refroidissement ou de toux
banale, les antibiotiques ne sont pas nécessaires.

Conseils généraux :

- **Reposez-vous** et veillez à bien **aérer vos pièces** d'habitation.
- **Buvez beaucoup** d'eau, des tisanes et des jus riches en vitamines et sans sucres ajoutés.
- Veillez à **adopter une alimentation équilibrée et variée** (riche en vitamines, fruits et légumes).
- En cas de toux ou de rhume, **utilisez un inhalateur ou un spray nasal à l'eau salée isotonique**, afin de dégager vos voies respiratoires.
- Pour soulager les maux de gorge et éviter la sensation de gorge sèche, vous pouvez **utiliser un spray de gorge antiseptique** et antalgique, ou **sucer de petits cubes de glace**. Les adultes et grands enfants peuvent également sucer des pastilles de gorge antiseptiques et antalgiques.
- En cas de **fièvre et de douleurs**, des **médicaments antipyrétiques et antalgiques** peuvent vous soulager.

ADRESSES UTILES :

**Ministère de la Santé - Direction de la Santé
Division de la médecine préventive**
1, Allée Marconi L-2120 Luxembourg
Tél.: 24 78 55 60 - Fax: 46 75 28

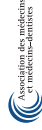


www.sante.lu



Facebook.com/sante.lu

**Demandez conseil à votre médecin et aidez
à préserver l'efficacité des antibiotiques.**



LE GOUVERNEMENT
DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
Direction de la Santé