

L'UTILISATION INADAPTÉE  
DES ANTIBIOTIQUES ENTRAÎNE  
LA FORMATION DE BACTÉRIES  
ANTIBIORÉSISTANTES.



CHAQUE ANNÉE, PLUS DE 25 000  
PERSONNES EN MEURENT DANS L'UE !



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
*Ministère de la Santé*

Direction de la santé

# 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.

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



**EUROPEAN  
ANTIBIOTIC  
AWARENESS DAY**



A European Health Initiative 



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Santé

Direction de la santé



## UN REFROIDISSEMENT OU UNE GRIPPE ? PAS D'ANTIBIOTIQUES !

**L'UTILISATION INADÉQUATE DES ANTIBIOTIQUES PROVOQUE L'ÉMERGENCE DE BACTÉRIES MULTIRÉSISTANTES ET NUIT À NOTRE SANTÉ !**



UNE MALADIE CONTAGIEUSE OU INFECTIEUSE PEUT ÊTRE PROVOQUÉE PAR DES VIRUS, DES BACTÉRIES OU D'AUTRES MICRO-ORGANISMES. LES ANTIBIOTIQUES DÉTRUISENT SEULEMENT LES BACTÉRIES, PAS LES VIRUS.



Les antibiotiques guérissent de nombreuses maladies infectieuses graves, telles les pneumonies ou des infections de plaies, provoquées par des bactéries.

Mais à cause de l'utilisation trop fréquente et inadéquate des antibiotiques, de nouvelles bactéries antibiorésistantes se sont développées, contre lesquelles les antibiotiques auparavant efficaces n'agissent plus.

Si le phénomène de l'antibiorésistance se poursuit, il deviendra de plus en plus difficile de traiter les infections bactériennes graves à l'avenir.

Actuellement déjà, 25 000 personnes décèdent chaque année dans l'Union Européenne, à cause de bactéries multirésistantes contre lesquelles les antibiotiques sont devenus inefficaces.

**CE PHÉNOMÈNE S'AGGRAVERA ENCORE DANS LES ANNÉES À VENIR !**

La plupart des maladies infectieuses courantes dont nous souffrons, comme par exemple un rhume, un refroidissement, une grippe, sont provoquées par des virus. Comme les antibiotiques sont inactifs contre les virus, ils ne peuvent donc ni faire baisser la fièvre, ni accélérer notre guérison en cas d'infection virale. Une contamination d'autres personnes ne peut pas non plus être évitée.

La plupart des maladies virales, telles le rhume, l'angine, une bronchite banale ou la grippe, guérissent spontanément après un certain laps de temps. Leurs symptômes peuvent être soulagés avec les médicaments classiques pour soigner la fièvre et les douleurs.

La meilleure protection contre la grippe saisonnière est la vaccination annuelle, idéalement entre les mois d'octobre et de décembre.



## VOICI QUELQUES ERREURS À ÉVITER, POUR EMPÊCHER LES BACTÉRIES DE DEVENIR RÉSISTANTES AUX ANTIBIOTIQUES :

## COMMENT POUVEZ-VOUS AIDER À PRÉVENIR LA PROPAGATION DES MALADIES INFECTIEUSES ?

- 1 Donner à votre enfant, qui souffre d'un **rhume** ou qui **tousse un peu**, des antibiotiques, ou insister pour que votre médecin les prescrive.
- 2 Prendre, plusieurs fois au cours de l'année, des **antibiotiques sans avoir consulté votre médecin** et avoir clarifié avec lui si votre infection est d'origine bactérienne ou virale.
- 3 Prendre des **restes d'antibiotiques** dans votre pharmacie familiale pour essayer de raccourcir le décours de votre maladie et éviter une absence de votre poste de travail pour maladie.
- 4 **Arrêter la prise d'antibiotiques dès que les symptômes ont disparu**, sans respecter la durée ou la posologie prescrite par votre médecin.

- Lavez-vous les mains plusieurs fois par jour **pendant 30 secondes**, avec de l'eau et du savon.
- **Veillez à la propreté de votre habitation** en nettoyant régulièrement les surfaces planes et horizontales, les poignées de portes, les jouets etc. avec des produits de désinfection classiques (eau savonneuse, solution hydro-alcoolique).
- **Utilisez uniquement des mouchoirs en papier jetables** pour vous moucher, et jetez-les immédiatement après usage dans une poubelle.
- Si vous n'avez pas de mouchoir en papier, **éternuez ou toussiez dans le creux de votre coude**.
- **Évitez le contact rapproché avec des personnes infectées** et lavez-vous les mains après un contact physique.
- **Gardez votre enfant**, ou restez vous-même à la maison lorsque vous souffrez d'une maladie contagieuse qui peut se propager par voie aérienne, et que vous avez de la fièvre.
- **Évitez les rassemblements de personnes** lors d'une période d'épidémie grippale, lorsque beaucoup de personnes toussent ou éternuent.



## COMMENT SAUVEGARDER L'EFFICACITÉ DES ANTIBIOTIQUES ?

PRENEZ UNIQUEMENT DES ANTIBIOTIQUES EN CAS D'INFECTION BACTÉRIENNE AVÉRÉE, ET SELON LA PRESCRIPTION DE VOTRE MÉDECIN. RESPECTEZ LA DURÉE PRESCRITE, LA POSOLOGIE ET LE MOMENT DE LA PRISE QUOTIDIENNE.



## QUAND DEVRAIT-ON PRENDRE DES ANTIBIOTIQUES ?

LORS D'INFECTIONS BACTÉRIENNES GRAVES, TELLES UNE PNEUMONIE, UNE MÉNINGITE, UNE INFECTION DE PLAIE, LES ANTIBIOTIQUES SONT INDISPENSABLES ET PEUVENT SAUVER DES VIES.

SEUL VOTRE MÉDECIN PEUT DÉCIDER, SI UNE ANTI-BIOTHÉRAPIE EST NÉCESSAIRE POUR VOTRE CAS.



Pour vérifier si votre angine par exemple est due à une bactérie ou à un virus, votre médecin peut faire un test rapide indolore qui lui indiquera quelle est l'origine de votre infection, et quel est l'antibiotique qu'il devra vous prescrire.

## SUIVEZ TOUJOURS LES CONSEILS DE VOTRE MÉDECIN ET DE VOTRE PHARMACIEN :

SI VOUS ÊTES TOMBÉ(E) MALADE, VOICI QUELQUES CONSEILS POUR FACILITER VOTRE GUÉRISON :

- Reposez-vous ;
- Aérez régulièrement vos pièces d'habitation ;
- Buvez des liquides en suffisance (eau, tisanes) ;
- Alimentez-vous de manière équilibrée (fruits, légumes, aliments riches en vitamines) ;
- En cas de rhume ou de toux, utilisez des sprays nasaux ou des appareils d'inhalation, à base d'eau saline physiologique, pour libérer vos voies respiratoires ;
- Si vous avez mal à la gorge ou la gorge sèche, vous pouvez sucer des glaçons, ou utiliser des sprays buccaux qui soulageront votre douleur. Les adultes et les grands enfants peuvent également sucer des pastilles pour la gorge ;
- En cas de fièvre et de douleurs, les médicaments antipyrétiques et anti-douleur peuvent vous soulager. Demandez conseil à votre médecin et à votre pharmacien.



- En cas de **maladie contagieuse**, évitez le **contact rapproché** avec les autres personnes.
- Si vos **symptômes ne s'améliorent pas** après la période indiquée par votre médecin, ou s'ils s'aggravent, **consultez-le à nouveau**.

## POUR PLUS D'INFORMATIONS :

Ministère de la Santé - Direction de la Santé  
Division de la Médecine Préventive  
Villa Louvigny, Allée Marconi L-2120 Luxembourg

Tél.: 247-85560 ; 247-85569  
ou 247-85562 (commandes)  
[sante.lu](http://sante.lu)  
[antibiotic.ecdc-europa.lu](http://antibiotic.ecdc-europa.lu)