

QUAND LES ANTIBIOTIQUES N'AGISSENT PLUS



Photo : © Reicher / Fotolia

CHÈRE LECTRICE, CHER LECTEUR,

Les antibiotiques sont des médicaments qui tuent les bactéries ou empêchent leur croissance. Mais s'ils sont utilisés trop souvent ou de manière inappropriée, des *résistances* peuvent se former. Dans ce cas, les antibiotiques n'agissent plus. A long terme, ceci peut être dangereux. La présente information vous explique comment les résistances se développent et comment y remédier.

En bref : la résistance aux antibiotiques

- Les antibiotiques agissent seulement contre les maladies provoquées par des bactéries.
- Parfois, les bactéries sont insensibles aux antibiotiques. La plupart des antibiotiques n'ont plus d'effet sur elles. Dans le langage médical, on parle de *résistance aux antibiotiques*. De ce fait, certaines maladies peuvent devenir potentiellement mortelles.
- Vous pouvez agir pour empêcher l'apparition de résistances : pour éviter les infections, respectez les règles d'hygiène et faites-vous vacciner. Moins il y a d'infections, moins l'utilisation d'antibiotiques est nécessaire.
- Les rhumes sont en général causés par des virus. L'usage d'antibiotiques ne sert à rien : vous ne serez pas guéri(e) plus vite. Donc n'espérez pas une prescription d'antibiotique.

► QU'EST-CE QUE LA RÉSISTANCE AUX ANTIBIOTIQUES ?

Les antibiotiques luttent contre les bactéries en les tuant ou en enrayant leur prolifération. Mais les bactéries ont une grande capacité d'adaptation et sont des génies en termes de survie. Elles se multiplient vite et en grand nombre. Leur patrimoine génétique peut changer. Certaines modifications les rendent insensibles (*résistantes*) aux antibiotiques.

► POURQUOI DES RÉSISTANCES APPARAISSENT-ELLES ?

Des résistances se développent notamment à cause de l'usage incorrect d'antibiotiques :

- Certaines personnes prennent des antibiotiques trop souvent, sur une durée trop courte ou à des doses trop faibles.
- Certaines personnes prennent des antibiotiques bien qu'ils n'agissent pas, par ex. dans le cas de virus.
- Les antibiotiques sont souvent utilisés dans l'élevage d'animaux. Cela favorise l'apparition de bactéries résistantes.

► QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES ?

Plus la prescription et la prise d'antibiotiques sont fréquentes, plus le risque de développement et de propagation de bactéries résistantes augmente. Pour les jeunes enfants et les personnes âgées et/ou malades, ceci peut avoir de graves conséquences :

- Les infections durent plus longtemps.
- Les maladies sont plus difficiles à traiter.
- Des infections bien traitées jusqu'ici peuvent devenir potentiellement mortelles.
- Pour certaines infections, il n'y a presque plus d'antibiotiques efficaces à disposition.
- Des antibiotiques spéciaux qui peuvent avoir plus d'effets secondaires sont nécessaires.
- Les hospitalisations sont plus longues et plus fréquentes.
- Les patient(e)s doivent plus souvent être isolé(e)s.
- Des bactéries résistantes à de nombreux antibiotiques peuvent apparaître. On parle alors de bactéries multirésistantes. Pour en savoir plus sur le sujet : voir encadré au dos.

► Résistance aux antibiotiques

► BON À SAVOIR

Les antibiotiques n'agissent pas contre les maladies causées par des virus. Par exemple, les virus déclenchent la plupart des rhumes. Par conséquent, les antibiotiques sont inefficaces contre les rhumes : vous ne serez pas guéri(e) plus vite. Ainsi, ne vous attendez pas à recevoir des antibiotiques pour chaque maladie. De plus, ces médicaments peuvent aussi avoir des effets secondaires. Parfois, il suffit de se reposer et de patienter.

Si l'on vous donne un antibiotique, prenez-le conformément à la prescription. Il est important que vous preniez vos médicaments à intervalles réguliers, à une dose suffisante et assez longtemps. Par ailleurs, ne prenez pas un antibiotique qui a été prescrit à une autre personne. Ne donnez pas non plus votre antibiotique à quelqu'un d'autre.

► QUE POUVEZ-VOUS FAIRE PAR VOUS-MÊME ?

La meilleure protection contre les infections est de ne pas propager les agents pathogènes. À cet effet, l'hygiène est primordiale. Les spécialistes estiment que jusqu'à 30 pour cent des infections pourraient être évitées grâce à des mesures d'hygiène. Vous pouvez par exemple faire les choses suivantes :

- La règle numéro un est de se laver les mains soigneusement et régulièrement avec de l'eau et du savon. En effet, de nombreuses bactéries se propagent par le contact direct avec les mains.
- Veillez à vous laver les mains avant de manger, après être allé aux toilettes, si vous avez changé les couches d'un enfant ou après un contact avec des animaux et de la viande crue.
- Lorsque vous vous mouchez, utilisez un mouchoir en papier et jetez-le immédiatement après. Ensuite, lavez-vous les mains pour éviter de transmettre les agents pathogènes à d'autres personnes.

► POUR PLUS D'INFORMATIONS

Sources, méthodologie et liens

Cette information aux patients repose sur des résultats de recherche scientifique actuels et des recommandations formulées par et pour les personnes concernées.

Méthodologie et sources : www.patienten-information.de/kurzinformationen/antibiotikaresistenzen#methodik

Fiches d'information « Traitement antibiotique » et « Bactéries multirésistantes » : www.patienten-information.de

La version originale en allemand date de 2020.

Responsable du contenu :

Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)

Sur mandat de : Association fédérale des médecins conventionnés (KBV) et Ordre fédéral des médecins (BÄK)

Fax : 030 4005-2555

E-mail : patienteninformation@azq.de

www.patienten-information.de

www.azq.de



- Ne touchez pas dans votre main, mais dans votre manche ou un mouchoir. Ainsi, vos mains restent propres. Tenez-vous à l'écart des autres lorsque vous toussiez.
- Essayez de ne pas toucher votre visage avec vos mains.
- N'utilisez les serviettes, gants et articles d'hygiène tels que la brosse à dents que pour vous.
- Lavez bien les fruits et les légumes que vous mangez crus. Lorsque vous cuisinez, veillez à bien laver votre planche à découper et votre couteau avec du nettoyant et de l'eau, surtout lorsqu'il s'agit de viande crue.
- Dans les pièces fermées, le nombre d'agents pathogènes dans l'air peut augmenter. Aérez plusieurs fois par jour pendant quelques minutes.
- La plupart des bactéries ne survivent pas à des températures supérieures à 60°C. Lavez votre vaisselle et votre linge régulièrement à des températures élevées.
- Assurez-vous que votre famille et vous avez fait les vaccins recommandés et pensez aussi aux rappels nécessaires.
- Si vous avez une plaie, des bactéries peuvent pénétrer dans la peau. Pensez à mettre un pansement ou un bandage sur vos plaies ou blessures.
- Essayez de rester à la maison si vous avez une maladie contagieuse. Évitez les contacts et ne serrez pas la main aux autres.
- Ne jetez pas les vieux médicaments ou restes de médicaments dans les toilettes ou le lavabo. Cela pollue l'environnement et peut contribuer à la formation de résistances. Vous pouvez jeter les médicaments aux ordures ménagères.

Remis gracieusement par