

Comment éviter les infections?

Les mains peuvent transporter toutes sortes de microbes (virus, bactéries...): il est très important de les laver souvent à l'eau et au savon, et notamment après avoir été aux toilettes, avant de préparer la cuisine et avant de manger.

Certaines infections peuvent être évitées par des vaccins: selon votre âge, votre fragilité éventuelle, votre médecin traitant pourra vous vacciner contre la grippe, ou contre des bactéries comme le pneumocoque ou le méningocoque.



La situation aujourd'hui, dans le monde

La résistance des bactéries aux antibiotiques est un grave problème de santé publique qui progresse très rapidement dans le monde. Malgré la mobilisation de l'Organisation Mondiale de Santé, le nombre de victimes ne cesse d'augmenter. Face à l'urgence de préserver les antibiotiques existants, de nombreux pays ont récemment lancé des plans ambitieux, en particulier les États-Unis et le Royaume-Uni.

La situation en France

En France, chaque année, 150 000 patients développent une infection liée à une bactérie multi-résistante, et plus de 12 500 personnes en meurent (Source Institut de veille sanitaire). Le Ministère de la santé souhaite que les antibiotiques soient reconnus comme «grande cause nationale» en 2016.



AP-HP Direction de la communication avec médias - Photo: Thinkstock - Décembre 2015

INFORMER

Antibios, seulement s'il en faut.

PRÉSERVONS
LES ANTIBIOTIQUES,
CHANGEONS NOS
PRATIQUES

Que peut-on faire pour lutter contre la résistance des bactéries ?



Un antibiotique, seulement s'il en faut !

Les antibiotiques ne sont efficaces que sur les infections provoquées par une bactérie. Ils sont totalement inefficaces sur les infections provoquées par les virus comme ceux de la grippe ou de la rhinopharyngite (rhume). En aucun cas ils ne permettent de guérir ou d'abrèger une infection virale. Il ne faut donc prendre des antibiotiques que lorsqu'ils sont réellement nécessaires, c'est-à-dire quand il faut traiter une infection bactérienne. Seul votre médecin peut faire la différence entre l'origine virale ou bactérienne d'une infection.

Comment savoir si ma fièvre est due à une infection provoquée par une bactérie ou par un virus ?

Vous pouvez consulter votre médecin traitant. Il vous examinera et réalisera éventuellement un prélèvement microbiologique pour savoir si votre infection est d'origine virale ou bactérienne. Il pourra ainsi décider si vous avez ou non besoin d'un traitement antibiotique. Même si les symptômes que vous ressentez ressemblent à ceux pour lesquels le médecin vous a dans le passé prescrit un antibiotique, ne prenez pas un antibiotique de votre propre chef. Par ailleurs, il est important de bien respecter la prescription : la dose, le nombre de prises par jour et la durée exacte du traitement.



La durée du traitement

Dans la plupart des cas, le traitement est inférieur à 7 jours. Il ne dure parfois qu'une journée comme dans les infections urinaires simples. Il faut respecter précisément la durée prescrite : si vous arrêtez trop tôt le traitement, la guérison risque d'être incomplète ; et si vous prenez un antibiotique trop longtemps, cela favorise la résistance des bactéries aux antibiotiques.

“ À moins que les nombreux acteurs concernés agissent d'urgence, de manière coordonnée, le monde s'achemine vers une ère post-antibiotiques, où des infections courantes et des blessures mineures qui ont été soignées depuis des décennies pourraient à nouveau tuer. ”

Dr Keiji Fukuda, Sous-Directeur général. Sécurité sanitaire. Organisation Mondiale de la Santé, avril 2014

Qu'est-ce qu'une bactérie résistante ?

C'est une bactérie qui a développé un mécanisme génétique qui la protège de l'action d'un antibiotique. Cet antibiotique est inefficace pour traiter une infection qui se développe avec cette bactérie. Il faut alors prescrire un autre antibiotique pour traiter l'infection. Il est très rare qu'une bactérie soit résistante à tous les antibiotiques : dans ces cas-là, aucun traitement n'est efficace.

Que se passe-t-il quand je prends un antibiotique ?

Dans notre corps, nous hébergeons un très grand nombre de bactéries qui sont indispensables à notre équilibre vital. Ces bactéries se trouvent de façon normale dans notre tube digestif, notre gorge, et sur notre peau. Lorsqu'on prend un antibiotique pour traiter une infection, celui-ci détruit les bactéries qui sont responsables de l'infection, ce qui permet de la guérir. Mais l'antibiotique agit aussi sur les bactéries utiles qui sont présentes dans notre corps. Il détruit les bactéries sensibles et laisse la place à certaines bactéries qui sont résistantes à cet antibiotique. Celles-ci vont survivre et pourront se multiplier plus facilement. On devient alors porteur, dans le tube digestif, la gorge ou sur la peau, d'une bactérie résistante aux antibiotiques.