

Lien vers l'article:

[https://infosante.be/guides/
antibiotiques-comment-les-
utiliser-raisonnablement](https://infosante.be/guides/antibiotiques-comment-les-utiliser-raisonnablement)

Antibiotiques : comment les utiliser raisonnablement ?

Qu'est-ce qu'un antibiotique ?

Un antibiotique est un médicament contre les bactéries. Il peut tuer les bactéries ou ralentir leur développement. On peut utiliser un antibiotique pour traiter ou pour empêcher (prévenir) une infection par des **bactéries** (infection bactérienne).

Qu'est-ce qu'une bactérie ?

Une bactérie est un tout petit organisme (micro-organisme), formé d'une seule cellule.

Les bactéries sont présentes partout dans l'environnement. Certaines vivent sur les êtres humains ou à l'intérieur du corps humain.

En général, les bactéries ne sont pas dangereuses pour nous. Elles vivent sur notre peau, dans notre bouche, notre nez, notre gorge, notre intestin et nos parties intimes. Ces bactéries forment, avec d'autres micro-organismes, un ensemble appelé une **flore** (ou microbiote). Par exemple, la flore cutanée sur la peau, la flore intestinale, la flore intime. Ces flores nous protègent car elles ralentissent le développement d'autres bactéries qui peuvent causer des maladies (bactéries pathogènes).

Les bactéries peuvent s'adapter aux changements de leur milieu. C'est grâce à cela qu'elles peuvent aussi s'adapter à certains antibiotiques et leur résister ([résistance aux antibiotiques](#)).

Qu'est-ce qu'une infection ?

Certaines bactéries peuvent causer des infections. On les appelle des bactéries **pathogènes**.

Notre système de défense (système immunitaire) garde ces bactéries pathogènes sous contrôle. Nous souffrons d'une **infection** lorsqu'une bactérie pathogène prend le dessus.

Dans la plupart des cas, notre système immunitaire est capable de vaincre cette infection. Mais, parfois, il n'y arrive pas. Nous devons alors prendre des médicaments capables d'agir sur les bactéries pathogènes : les antibiotiques.

Pourquoi prendre des antibiotiques ?

Les antibiotiques sont efficaces contre les infections causées par des **bactéries**. Par exemple :

- une [infection urinaire \(cystite\)](#) ;
- une infection des poumons ([pneumonie](#)) ;
- certaines infections sexuellement transmissibles ([gonorrhée](#), [infection à Chlamydia](#)).

Les antibiotiques n'ont aucun effet contre les infections causées par des **virus** (infections virales). Les maladies comme par exemple :

- un [rhume](#) ;
- un [mal de gorge](#) ;
- une [bronchite aiguë](#) ;
- une [grippe](#) ;
- une infection à coronavirus 2019 ([COVID-19](#)) ;
- une [grippe intestinale](#) (gastro-entérite aiguë),

sont le plus souvent ou toujours causées par un virus. C'est pour cette raison qu'on ne prend pas d'antibiotique ou pas tout de suite.

Mais il n'est pas toujours facile de connaître la cause de l'infection.

Pourquoi un antibiotique et pas un autre ?

Il existe différents antibiotiques. Le choix d'un antibiotique dépend de plusieurs choses :

- les **bactéries** qui causent l'infection ;
- les **allergies** connues ;
- les **autres médicaments** ;
- la **puissance du système immunitaire** d'une personne contre les infections.

Les bactéries qui causent l'infection.

Certains antibiotiques agissent sur certaines bactéries et pas sur d'autres. Lorsque l'antibiotique agit sur une bactérie, on dit que la bactérie est **sensible** à l'antibiotique.

On sait généralement quelles bactéries causent quelles infections. Votre médecin peut donc vous prescrire l'antibiotique qu'il vous faut.

Parfois, il faut faire des tests pour vérifier si la bactérie est **sensible** à l'antibiotique. Votre médecin réalise alors, par exemple, un frottis ou une prise de sang pour faire les tests en laboratoire. Cela permet de savoir si la bactérie est sensible ou **résistante** à l'antibiotique.

Parfois, un seul antibiotique ne suffit pas contre certaines bactéries. Il faut donc prendre plusieurs antibiotiques pour traiter l'infection.

Les allergies connues.

Lorsqu'une personne est allergique à un antibiotique, il faut choisir un antibiotique qui ne provoque pas d'allergie.

Les autres médicaments.

Si une personne prend un ou plusieurs autres médicaments en même temps que l'antibiotique, cela peut modifier l'effet de l'antibiotique ou des autres médicaments.

La puissance du système immunitaire d'une personne contre les infections.

Le système de défense (système immunitaire) de chaque personne réagit de manière différente contre les infections. Certaines personnes ont un [système immunitaire affaibli](#).

Quels sont les effets indésirables possibles des antibiotiques ?

Les antibiotiques agissent sur les bactéries. Donc, ils agissent aussi sur les bactéries de la flore qui nous protègent. Cela peut provoquer des effets indésirables et, parfois, une autre infection. Par exemple :

- Les antibiotiques agissent sur les bactéries de la flore **intestinale** :
 - Ils peuvent donc entraîner des crampes, des nausées et de la diarrhée.
 - Parfois, ils peuvent permettre à d'autres bactéries de se développer ([diarrhée à Clostridium difficile](#)).
- Les antibiotiques agissent sur les bactéries de la flore **intime** :
 - Ils peuvent donc entraîner une infection des parties intimes par un champignon, par exemple, une [mycose vaginale](#).

Les antibiotiques peuvent provoquer une **allergie** : des petites plaques rouges apparaissent sur la peau avec des démangeaisons. L'allergie peut être plus grave, avec des difficultés pour respirer. Si vous pensez que vous êtes allergique à un antibiotique, parlez-en avec votre médecin.

De plus, les antibiotiques peuvent entraîner une **résistance** (antibiorésistance).

La résistance, qu'est-ce que c'est ?

On parle de **résistance** si, à une **dose normale**, l'antibiotique n'est **plus capable** de ralentir le développement des bactéries pathogènes ou qu'il n'est plus capable de tuer les bactéries pathogènes.

Grâce à la découverte de la pénicilline et au développement des antibiotiques, il est possible de traiter beaucoup d'infections. Pendant des années, les antibiotiques étaient vus comme des remèdes miracles. C'est pourquoi ils étaient utilisés **rapidement, à l'excès** et souvent de manière **inutile**. Et comme les [bactéries](#) sont capables de survivre au changement dans leur milieu, elles ont développé une **résistance** aux antibiotiques. Elles ont changé et sont donc progressivement devenues **insensibles** aux antibiotiques. C'est l'**antibiorésistance**. Autrement dit, l'antibiotique perd son effet.

L'antibiorésistance concerne aussi les animaux qui prennent des antibiotiques.

L'antibiorésistance est devenue un problème de santé publique. Des bactéries résistantes circulent dans les hôpitaux et dans les autres lieux de soins. Cela représente un risque pour la santé des personnes plus fragiles qui se trouvent dans ces lieux.

Quel est le problème avec la résistance ?

Nous pouvons tous être porteurs de bactéries résistantes, mais elles ne provoquent pas d'infection chez la plupart d'entre nous.

Le problème, c'est que nous pouvons transmettre ces bactéries à d'autres personnes, et que ces personnes peuvent ensuite développer une infection.

L'antibiorésistance représente un grand risque pour les personnes qui ont un [système immunitaire affaibli](#), par exemple :

- les personnes âgées ;
- les personnes hospitalisées ;
- les personnes qui ont reçu une greffe d'organe ;
- les personnes qui vivent avec une [infection par le virus de l'immunodéficience humaine \(VIH\)](#).

Si nous utilisons les antibiotiques **trop souvent** ou si nous les prenons d'une **mauvaise manière**, les bactéries résistantes seront de plus en plus nombreuses. Dans le futur, si l'effet des antibiotiques diminue, il sera donc de plus en plus difficile de combattre les infections bactériennes.

Pour être clair, voici les conséquences possibles :

- Les infections graves seront plus difficiles à traiter ou même impossibles à traiter.
- Le risque d'infection pendant une opération sera plus élevé.
- Une simple blessure sera dangereuse.
- Une infection facile à traiter aujourd'hui pourra provoquer une maladie plus grave.

Des bactéries résistantes aux antibiotiques existent déjà. En Belgique, par exemple, les hôpitaux participent à une surveillance de plusieurs bactéries.

L'usage raisonnable (rationnel) des antibiotiques, qu'est-ce que c'est ?

C'est l'utilisation des antibiotiques uniquement chez les personnes pour qui l'antibiotique est **utile**.

Parfois, votre corps est capable de guérir tout seul d'une infection bactérienne. Dans ce cas, les antibiotiques n'auront pas d'effet sur l'évolution de la maladie ou ils auront peu d'effet.

Si nous voulons que les antibiotiques restent efficaces, nous devons les utiliser **uniquement si ils sont nécessaires** et nous devons les utiliser **correctement**.

Uniquement si ils sont nécessaires

Les antibiotiques ne sont **pas utiles contre les infections virales** comme le rhume ou la grippe. Ils agissent uniquement en cas d'infections causées par des **bactéries**.

Correctement

Parmi les antibiotiques, il faut prendre celui qui aura un effet contre la bactérie pathogène. Il est important de prendre l'antibiotique :

- **à la bonne dose ;**
- **au bon moment ;**

- **pendant le temps qu'il faut.**

Tous les antibiotiques ne se prennent pas de la même manière. La dose, le nombre de comprimés sur une journée et la durée du traitement dépend de l'infection et de l'antibiotique prescrit.

Si vous arrêtez votre antibiotique trop tôt, par exemple avant la fin de la boîte, toutes les bactéries pathogènes ne sont pas tuées. Elles peuvent donc à nouveau se développer. L'infection recommence et les bactéries risquent de ne plus réagir si vous reprenez cet antibiotique. Les bactéries seront devenues **résistantes**.

Il ne sert à rien de prendre des antibiotiques en prévention, pour ne pas tomber malade (sauf dans certaines circonstances très particulières).

Les enfants peuvent plus souvent guérir sans antibiotique.

Voici les **avantages** de l'usage raisonnable des antibiotiques :

- diminuer la résistance des bactéries aux antibiotiques et donc conserver l'effet des antibiotiques le plus longtemps possible ;
- diminuer les effets indésirables des antibiotiques ;
- éviter une nouvelle infection chez une personne qui a déjà une autre infection (surinfection) ;
- limiter les dépenses.

Que pouvez-vous faire ?

Vous pouvez participer à l'usage raisonnable (rationnel) des antibiotiques.

Utilisez **correctement** les antibiotiques. Suivez les conseils de votre médecin, de votre dentiste et de votre pharmacien·ne :

- Ne prenez jamais d'antibiotique **sans ordonnance**.
 - Votre médecin ou votre dentiste sont les seuls à savoir quel antibiotique est utile pour l'infection que vous avez, même si vous avez déjà eu cette infection.

- Écoutez votre médecin lorsqu'il dit que vous n'avez **pas besoin** d'antibiotiques.
- Prévenez votre médecin ou votre dentiste si vous prenez d'**autres médicaments**.
- N'hésitez pas à poser des **questions** à votre médecin, à votre dentiste ou à votre pharmacien·ne.
- Prenez votre antibiotique aux **moments** de la journée prescrits et à la **dose** prescrite.
- Respectez la **durée** du traitement, même si vous vous sentez mieux.
- **N'arrêtez jamais** votre antibiotique sauf si vous avez l'avis d'un·e professionnel·le de la santé
- Si vous avez des **effets indésirables**, parlez-en à votre médecin, à votre dentiste ou à votre pharmacien·ne.
- **N'oubliez pas** une dose. Par exemple :
 - Mettez un rappel dans votre téléphone.
 - Déposez votre antibiotique là où vous pouvez facilement le voir.
 - Attention, si des enfants sont avec vous, laissez la boîte vide.
- Ne **partagez pas** votre antibiotique avec quelqu'un d'autre, même si la personne a les mêmes symptômes que vous.
- Ne prenez pas les antibiotiques qu'il vous reste d'un ancien traitement.
- Ramenez **toujours** les antibiotiques qu'il vous reste à votre pharmacien·ne.

- Si ça ne va pas mieux ou si ça s'aggrave, consultez votre **médecin**.

Voici les informations que vous devez **retenir** lorsque vous avez besoin d'un antibiotique :

- combien de comprimés par prise ou combien de millilitres dans la pipette ;
- combien de fois par jour ;
- à quel moment de la journée ;
- pendant le repas ou 1 heure avant le repas ou 2 heures après le repas ;
- pendant combien de temps ;
- comment le conserver (par exemple, dans une armoire ou au frigo).

Vous pouvez également éviter le passage des bactéries d'une personne à l'autre avec une **bonne hygiène des mains**. Lavez-vous les mains plusieurs fois par jour et surtout :

- après le passage aux toilettes ;
- avant de préparer un repas ;
- avant de manger ;
- après avoir toussé ou éternué.

Un simple lavage à l'eau et au savon élimine 99,9 bactéries sur 100.

Vous pouvez être porteur d'une bactérie résistante sans être malade. Une bonne hygiène des mains est donc importante pour protéger les personnes malades, les personnes âgées et les jeunes enfants qui vous entourent.

Dans les hôpitaux, les crèches et les centres de jour, vous pouvez utiliser une solution hydroalcoolique pour vous désinfecter les mains.

Rédaction le 04 juillet 2024.

Dernière mise à jour le 21
mai 2024

Lien vers l'article:

<https://infosante.be/guides/antibiotiques-comment-les-utiliser-raisonnablement>



Liens Utiles

- Parlons antibiotiques
<https://parlonsantibiotiques.be/>
- Hygiène des mains
<https://www.vousetesendebonnesmains.be/fr/hygiene-des-mains>
- Infections (virales, bactériennes, etc) et immunité
https://www.mongeneraliste.be/nos-dossiers-section/les-infections-virales-bacteriennes/#Les_echecs_de_limmunité
- Les antibiotiques - Prenez-les comme il faut et uniquement quand il le faut
<https://www.usagecorrectantibiotiques.be/fr>

Sources

- Antibactériens
<https://www.cbip.be/fr/chapters/12?frag=9431>
- Guide de pratique clinique étranger
<https://www.ebpnet.be/fr/pages/display.aspx?ebmid=ebm00880>
- Antimicrobial stewardship in outpatient settings
https://www.uptodate.com/contents/antimicrobial-stewardship-in-outpatient-settings?search=antibioti%20resistance&source=search_result&selectedTitle=9
- Surveillance nationale des bactéries (multi)résistantes aux antibiotiques
<https://www.sciensano.be/fr/projets/surveillance-nationale-des-bacteries-multiresistantes-aux-antibiotiques>
- Rapport du KCE (2019) - Propositions pour une politique antibiotique plus efficace en Belgique
https://kce.fgov.be/sites/default/files/2021-11/KCE_311B_Antibiotique_Politique_synthese_0.pdf
- Rapport BELMAP (2022) - One health report on antibiotic use and resistance in Belgium
https://www.health.belgium.be/sites/default/files/belmap2022_report.pdf
- Patient leaflets - Antibiotics: what you need to know (Jan 26, 2024)
<https://bestpractice.bmj.com/patient-leaflets/en-gb/html/3000001/Antibiotics%3A%20what%20you%20need%20to%20know?q>
- Patient education: What you should know about antibiotics (The Basics)
<https://www.uptodate.com/contents/what-you-should-know-about-antibiotics-the-basics?search=patient%20education%20antibiotics%20what%20you%20need%20>

- DynaMed. Approach to Rational Antibiotic Use in the Outpatient Setting. EBSCO Information Services. Accessed 19 mars 2024. <https://www-dynamed-com.gateway2.cdih.be/approach-to/approach-to-rational-antibiotic-use-in-the-outpatient-setting>
<https://www-dynamed-com.gateway2.cdih.be/approach-to/approach-to-rational-antibiotic-use-in-the-outpatient-setting#GUID-20690646-2831-43E1-8045-0314B4C7E74E>
- Guide belge de traitement anti-infectieux en pratique ambulatoire (Novembre 2022)
https://www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth_theme
- Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)
[https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/coronavirus-disease-(covid-19))
- Antibiotiques
https://www.afmps.be/fr/info_patients/Antibiotiques