



# LES ANTIBIOTIQUES

à utiliser

**MOINS SOUVENT**  
et **MIEUX**

Coordination et aspects scientifiques : Commission de coordination de la politique antibiotique  
Administration de Soins de Santé, V 534  
Service public fédéral Santé publique, Sécurité de la Chaîne alimentaire et Environnement  
CAE 1010 Bruxelles  
Secretariat Commission de coordination de la politique antibiotique  
Fax : 02 / 210 44 93  
www.antibiotiques.org

Une initiative du Service public fédéral Santé publique,  
Sécurité de la Chaîne alimentaire et Environnement  
Avec le soutien de la Communauté française et de la Communauté germanophone



Réalisation:  
Service communautaire de promotion de la santé géré par l'a.s.b.l. Question Santé



Editeur responsable : Direction générale de l'Organisation des Etablissements de Soins,  
Directeur général a.i. C. Decoster, CAE 1010 Bruxelles  
N° de dépôt D/2001/3543/13

# LES ANTIBIOTIQUES

à utiliser  
**MOINS SOUVENT**  
et **MIEUX**

Cette brochure parle d'un problème qui nous concerne tous.

Les infections que nous pouvons guérir aujourd'hui grâce aux antibiotiques pourraient redevenir mortelles dans quelques années. En effet, les antibiotiques perdent leur efficacité parce que nous en consommons trop souvent et les utilisons mal.

C'est pour cette raison que les antibiotiques doivent être réservés aux infections graves.

Vous trouverez dans cette brochure les réponses aux questions suivantes.

1. QU'EST-CE QU'UNE INFECTION ?
2. LES INFECTIONS GUÉRISSENT-ELLES SPONTANÉMENT ?
3. LES ANTIBIOTIQUES PERMETTENT-ILS DE GUÉRIR PLUS VITE ?
4. COMMENT LES BACTÉRIES DEVIENNENT-ELLES RÉSISTANTES AUX ANTIBIOTIQUES ?
5. QUE POUVONS-NOUS FAIRE ?
6. LES ENFANTS ONT-ILS PLUS BESOIN DES ANTIBIOTIQUES QUE LES ADULTES ?

**QUE RETENIR ?**

**Cette campagne de sensibilisation a reçu le soutien de:**

- La Société Belge de Pédiatrie
- La Société Belge d'Infectiologie et de Microbiologie Clinique
  - La Société Scientifique de Médecine Générale
- La Wetenschappelijke Vereniging van Vlaamse Huisartsen
  - La Société Belge de Pneumologie
- La Société Royale Belge d'Oto-Rhino-Laryngologie et de Chirurgie Cervico-Faciale

# 1. QU'EST-CE QU'UNE INFECTION ?

Les infections sont provoquées par différents agents infectieux.

**Parmi les agents infectieux, on peut distinguer notamment les virus et les bactéries.**

Les **virus** sont responsables de nombreuses infections bien connues : la grippe, la rougeole, la rubéole, les oreillons, le sida, etc. Les virus sont aussi responsables de la plupart des bronchites, rhumes, refroidissements, toux, maux de gorge, diarrhées, etc. **Les antibiotiques n'ont aucun effet sur les virus.**

Les **bactéries** sont responsables d'abcès et de certaines pneumonies, otites, méningites, diarrhées, etc. **Les antibiotiques ont une action sur les bactéries.**

## OÙ VIVENT LES BACTÉRIES ?

La majorité des bactéries vivent dans l'eau et la terre. La plupart des bactéries du milieu naturel sont inoffensives pour nous ; souvent, elles ne peuvent même pas survivre dans notre environnement.

Une minorité de bactéries se sont adaptées pour vivre en bonne entente avec les plantes, les animaux ou l'homme.

On appelle ces bactéries "**commensales**".

Commensal est un mot qui désigne toute personne qui mange habituellement à la même table que nous.

Chacun de nous abrite ainsi un grand nombre de bactéries commensales. Elles jouent un rôle utile. Elles recouvrent notre peau, nos muqueuses du nez, de la bouche, de l'intestin, etc. C'est ce qu'on appelle parfois la flore bactérienne. Chacun de nous se défend contre ces bactéries (avec des "anticorps" et des cellules de défense). Ainsi, leur développement reste contrôlé et elles ne peuvent pas envahir notre corps.

Les êtres humains échangent involontairement leurs bactéries commensales lors des contacts de la vie quotidienne : se serrer la main, se parler, rire, s'embrasser, faire l'amour, etc. Cela ne pose la plupart du temps aucun problème. Au contraire, cela stimule nos mécanismes de défense.

Les bactéries commensales qui recouvrent notre peau et certaines de nos muqueuses nous protègent indirectement contre des bactéries indésirables. On peut imaginer cela en disant que nos bactéries commensales occupent toutes les places de parking offertes par notre peau et nos muqueuses.

Seules quelques variétés de bactéries peuvent provoquer des infections plus ou moins graves : elles sont appelées "**pathogènes**".

## COMMENT UNE INFECTION BACTÉRIENNE PEUT-ELLE SE DÉCLARER ?

Lorsque nous rencontrons des bactéries pathogènes, nous ne devenons pas toujours malades.

En effet, l'apparition d'une infection dépend de plusieurs éléments :

- le nombre et l'agressivité des bactéries pathogènes,
- notre état de santé préexistant (par exemple, nous nous défendons moins bien si nous sommes mal alimentés ou affaiblis par une maladie chronique),
- la rapidité de mise en place de nos défenses locales et générales.

Parfois, il arrive que les virus préparent le terrain pour une infection provoquée par des bactéries (on parle alors de "surinfection"). Donner un antibiotique pour éviter cette évolution est non seulement inutile, mais aussi risqué. En effet, l'antibiotique, inutile pour soigner l'infection de départ due à des virus, tuera certaines bactéries commensales. Ce sont alors les bactéries pathogènes qui passeront à l'attaque !

Une infection virale ou bactérienne peut provoquer des signes très variés: maux de tête, courbatures, fatigue, toux, diarrhée, douleur, fièvre, yeux et nez qui coulent, etc. Les antibiotiques ne soulagent pas ces symptômes.

## 2. LA PLUPART DES INFECTIONS GUÉRISSENT-ELLES SPONTANÉMENT ?

La plupart des infections guérissent d'elles-mêmes, dans un délai de plus ou moins trois jours.

C'est par exemple le cas pour la toute grande majorité des bronchites, des angines, des diarrhées, des otites moyennes.

Si l'on a pris inutilement un antibiotique pour soigner une de ces infections, on peut attribuer à tort la guérison à cet antibiotique. ***C'est ainsi qu'est née la croyance en un effet magique des antibiotiques.***

## COMMENT NOUS DÉFENDONS-NOUS VIS-À-VIS DES INFECTIONS ?

Notre corps (plus précisément notre système immunitaire) fabrique des anticorps et des cellules de défense qui attaquent l'agent infectieux responsable de l'infection.

Notre corps a besoin de quelques jours pour se défendre naturellement.

Parfois, dans le cas de certaines infections bactériennes graves (par exemple pneumonie, méningite, etc), notre corps ne peut organiser rapidement une défense efficace. Dans ces cas, un antibiotique est indispensable pour combattre les infections. **Seul un médecin peut juger de la gravité d'une infection.**

Pour prendre une bonne décision, le médecin devra poser un diagnostic précis ; il aura parfois besoin d'exams (analyse de sang, radiographie, prélèvement - frottis - dans la gorge, etc). Il mettra chaque fois en balance les avantages et les inconvénients (apparition de résistance, effets secondaires, etc.) d'un traitement par antibiotique.

**Il ne faut jamais utiliser, sans un examen médical préalable, un antibiotique** (p.e. un antibiotique que nous trouvons dans notre pharmacie familiale). De même, il ne faut jamais demander un antibiotique sans prescription à son pharmacien. Ceci n'aurait pas de sens et en outre, pourrait rendre le diagnostic du médecin plus difficile.

---

### 3. LES ANTIBIOTIQUES PERMETTENT-ILS DE GUÉRIR PLUS VITE ?

**Les antibiotiques agissent contre les bactéries, mais pas contre les virus.**

Cela fait maintenant plus de 50 ans que nous disposons d'antibiotiques. Un antibiotique est une substance chimique. Le mot veut littéralement dire "contre la vie".

Dans la nature plusieurs micro-organismes fabriquent des antibiotiques pour empêcher le développement des bactéries concurrentes.

La médecine a appris à reconnaître, à isoler et à produire des substances qui ont des propriétés antibiotiques.

Mais depuis 1963, seule une nouvelle classe d'antibiotique a été découverte.

**Pour la majorité des infections que nous rencontrons, notre défense est efficace.**

**Prendre des antibiotiques ne permet pas de guérir plus vite.**

**Pour les infections bactériennes graves, les antibiotiques sont nécessaires.**

Dans des infections bactériennes graves, les antibiotiques empêchent la multiplication des bactéries et permettent au corps d'organiser ses défenses (fabriquer les anticorps et les cellules de défense pour détruire toutes les bactéries pathogènes).

Autrefois, des maladies infectieuses bactériennes comme des méningites, des pneumonies et des péritonites, entraînaient souvent la mort. Les antibiotiques ont permis de combattre ces infections dangereuses causées par des bactéries.

Il existe différents antibiotiques. Certains ne peuvent s'attaquer qu'à quelques bactéries précises. On dit qu'ils sont "à spectre étroit". Chaque fois que c'est possible, le médecin choisit un antibiotique "à spectre étroit", qui agit surtout contre la bactérie responsable de l'infection.

D'autres antibiotiques s'attaquent à de très nombreuses bactéries différentes. On dit qu'ils ont un large spectre d'action. Ils sont parfois nécessaires pour lutter contre certaines infections, lorsque l'on ne connaît pas la bactérie responsable, ou lorsque plusieurs bactéries sont en cause.

***Les antibiotiques sont donc précieux pour combattre certaines infections dangereuses dues à des bactéries. Mais aujourd'hui, il est temps d'agir contre une nouvelle menace : la résistance aux antibiotiques.***

***Dans quelques années, la plupart des antibiotiques ne nous aideront plus à lutter contre des bactéries responsables d'infections dangereuses. Ces bactéries seront devenues "résistantes".***

## UN ANTIBIOTIQUE FAIT-IL BAISSER LA TEMPÉRATURE ?

La fièvre est souvent le signe d'une infection. Lorsque l'infection s'en va, la fièvre disparaît. Les antibiotiques n'ont pas d'action directe sur la fièvre.

## 4. COMMENT LES BACTÉRIES DEVIENNENT-ELLES RÉSISTANTES AUX ANTIBIOTIQUES ?

Dans la nature, certaines bactéries se sont adaptées pour survivre en présence d'antibiotiques. On dit qu'elles ont développé des résistances. La résistance à un antibiotique, c'est un mécanisme (un truc) que la bactérie met en place pour neutraliser l'effet d'un antibiotique qui se trouve dans son milieu de vie.

Ce mécanisme est héréditaire : une bactérie le transmet à sa descendance. Ce mécanisme peut aussi être transmis à d'autres bactéries vivant dans le voisinage d'une bactérie résistante.

C'est ainsi que des bactéries qui vivent sur notre corps (commensales) deviennent elles aussi résistantes.

Un problème avec les antibiotiques, c'est qu'ils ne font pas la différence entre les bactéries agressives (les pathogènes) et les bactéries qui vivent en bonne entente avec nous (les commensales).

Les bactéries qui ne peuvent pas se défendre sont détruites et les bactéries résistantes survivent.

Lorsque nous sommes agressés par une bactérie pathogène, celle-ci peut être d'emblée résistante à un antibiotique. **L'administration inutile d'un antibiotique entraîne donc un risque de résistance, non seulement pour celui qui prend l'antibiotique, mais aussi pour son entourage.**

### ***Pourquoi les bactéries résistantes deviennent-elles de plus en plus nombreuses ?***

Les bactéries transmettent leur mécanisme de résistance à leur descendance. Les bactéries commensales résistantes se multiplient donc. Elles occupent les places de parking laissées libres dans notre corps par la destruction des bactéries qui ne peuvent se défendre. Une personne qui prend (trop) souvent des antibiotiques abritera progressivement de plus en plus de bactéries résistantes.

Nous l'avons également dit plus haut, les êtres humains échangent les bactéries qu'ils transportent. Si de nombreuses personnes prennent régulièrement des antibiotiques, ces personnes transmettent leurs bactéries résistantes à d'autres, qui peut-être n'ont jamais (ou rarement) pris des antibiotiques.

L'utilisation d'antibiotiques pour les animaux n'est responsable que de problèmes limités de résistance en médecine humaine (p.e. vis-à-vis de bactéries pouvant causer des diarrhées chez l'homme).

### ***L'usage des antibiotiques favorise donc la propagation des bactéries résistantes.***

---

## **5. LES ANTIBIOTIQUES SONT PRÉCIEUX. QUE POUVONS-NOUS FAIRE POUR SAUVEGARDER LEUR EFFICACITÉ ?**

Pour nous et nos enfants, les antibiotiques sont précieux en cas d'infections bactériennes graves (p.e. pneumonie, méningite).

### ***Nous pouvons agir et sauvegarder l'effet des antibiotiques pour l'avenir, en les utilisant moins souvent et mieux.***

La solution n'est pas la découverte de nouveaux antibiotiques car, si eux aussi sont mal utilisés, ils perdront très rapidement leur efficacité.

### **Moins souvent**

Actuellement, nous consommons trop souvent des antibiotiques, dans des circonstances où ils ne sont pas utiles ou nécessaires à notre guérison. Cette surconsommation entraîne une sélection naturelle progressive de bactéries résistantes. Si nous n'agissons pas aujourd'hui, de plus en plus d'infections seront provoquées à l'avenir par ces bactéries résistantes, contre lesquelles les antibiotiques ne pourront plus nous aider.

### **Mieux**

Parfois, l'antibiotique est le seul moyen de guérir une infection grave. Dans ce cas, il faut mettre toutes les chances de son côté, c'est-à-dire:

- prendre la dose conseillée
- n'oublier aucune prise
- respecter la durée de traitement conseillée par le médecin.

Même si il y a une amélioration rapide suite à la prise d'un antibiotique, il faut continuer le traitement. Lorsque le traitement est terminé, ne gardez pas les antibiotiques inutilisés, rapportez-les à votre pharmacien. Si au contraire, il n'y a pas d'amélioration deux à trois jours après le début du traitement antibiotique, il est indispensable de revoir le médecin.

***Pour préserver l'activité utile des antibiotiques, il faut les utiliser moins souvent et mieux. Cela dépend de chacun d'entre nous. Ensemble, médecins et patients, nous pouvons y arriver.***

---

## **6. LES ENFANTS ONT-ILS PLUS BESOIN D'ANTIBIOTIQUES QUE LES ADULTES ?**

Comme parents, nous veillons à la sécurité de nos enfants. Leur santé est une source d'inquiétude. C'est une des raisons pour lesquelles on leur donne plus souvent des antibiotiques. Mais les enfants consomment beaucoup trop d'antibiotiques.

Ce qui est vrai pour l'adulte l'est aussi pour l'enfant. Progressivement, en cas de traitements répétés par antibiotiques, les bactéries résistantes prendront la place laissée libre par les bactéries tuées. Elles pourront par la suite être responsables d'infections chez l'enfant, ou être transmises aux personnes proches de l'enfant (famille, camarades, etc). En outre, ces traitements répétés ne favorisent pas le développement de ses défenses.

***Utiliser les antibiotiques mieux et moins souvent, uniquement lorsqu'ils sont indispensables : c'est de cette façon que nous pourrions protéger nos enfants des bactéries résistantes et que nous pourrions préserver pour l'avenir, et pour eux, l'effet bénéfique des antibiotiques.***

## **UN ENFANT QUI A UNE INFECTION DOIT-IL TOUJOURS RECEVOIR UN ANTIBIOTIQUE ?**

La réponse est : non.  
D'abord, la majorité des infections qui touchent l'enfant sont provoquées par des virus.

Nous avons déjà vu que les antibiotiques n'ont pas d'effet sur les virus.  
En outre, la majorité des infections provoquées par les virus et les bactéries guérissent spontanément, en quelques jours.

***Pour la plupart des infections que nos enfants rencontrent, prendre des antibiotiques ne permet pas de guérir plus vite.***

## **UN ANTIBIOTIQUE EST-IL PARFOIS INDISPENSABLE POUR GUÉRIR UNE INFECTION ?**

La réponse est : oui.  
Pour certaines infections provoquées par des bactéries, la prise d'un antibiotique est indispensable.

***Parfois, l'antibiotique est le seul moyen de guérir une infection bactérienne grave (p.e. pneumonie, méningite).***

Comme chez l'adulte, il faut prendre la dose conseillée, sans oublier aucune prise et pendant la durée conseillée par le médecin.

**Même si l'état de l'enfant s'améliore rapidement suite à la prise d'un antibiotique, il faut continuer le traitement.**

Si au contraire il n'y a pas d'amélioration deux à trois jours après le début du traitement antibiotique, il est indispensable de revoir le médecin.

### QUELS SONT LES SIGNES INQUIÉTANTS LORS D'UNE INFECTION CHEZ L'ENFANT ?

**En présence de certains signes, il faut consulter son médecin.**

C'est par exemple le cas lorsque l'enfant

- a des taches rouge foncé (pétéchies),
- ne mange plus, ou ne joue plus,
- respire difficilement ou rapidement,
- devient agité ou au contraire somnolent, difficile à réveiller,
- a des vomissements répétés,
- a une fièvre de plus de 39°C qui ne passe pas avec un médicament contre la fièvre, ou qui persiste plus de 3 jours.

C'est aussi vrai lorsque son état ne s'améliore pas

- après 3 à 5 jours,
- ou dans les 2 à 3 jours après le début d'un traitement antibiotique.

En outre, les enfants de moins de deux ans et les nourrissons sont très sensibles aux infections bactériennes. En cas de fièvre, il est conseillé de consulter leur médecin.

### TEST :

Selon vous, chez l'enfant, un antibiotique est-il toujours nécessaire pour soigner:

- 1 - un rhume oui / non
- 2 - une otite oui / non
- 3 - une angine ou une pharyngite oui / non
- 4 - une bronchite oui / non
- 5 - une diarrhée oui / non

**RÉPONSE DU TEST :**

1 – Non. Les rhumes peuvent parfois durer plus de 2 semaines. Les antibiotiques sont tout à fait inutiles pour cette maladie, même si l'écoulement du nez est épais ou coloré.

2 – Un antibiotique n'est pas toujours utile. Parfois, surtout si l'enfant est jeune, le médecin décidera de soigner certaines otites par un antibiotique.

3 – Non, dans la majorité des cas. Les angines et les pharyngites sont le plus souvent virales. Parfois, c'est une bactérie particulière (par exemple une variété de "streptocoque") qui provoque l'angine : le médecin prescrira alors un antibiotique.

4 – Non. La plupart des bronchites et des toux sont d'origine virale. On n'a donc pas besoin d'antibiotiques pour les soigner.

5 – Non. La majorité des diarrhées infectieuses sont provoquées par des virus. Même les diarrhées liées à une infection de l'intestin par des bactéries guérissent généralement sans prendre d'antibiotiques.

## QUE RETENIR ?

1. Nous consommons trop souvent des antibiotiques: ils perdent ainsi leur efficacité.
2. Les infections que nous pouvons guérir aujourd'hui grâce aux antibiotiques pourraient redevenir mortelles.
3. La plupart des infections guérissent spontanément.
4. Les antibiotiques agissent sur les bactéries, pas sur les virus.
5. La solution n'est pas la découverte hypothétique de nouveaux antibiotiques.
6. Utilisons les antibiotiques moins souvent et mieux.
7. Seul un médecin peut juger de la gravité d'une infection et de la nécessité d'un antibiotique.  
N'utilisez jamais d'antibiotiques sans l'avis de votre médecin.

Ensemble, patient, pharmacien et médecin, nous pouvons veiller à utiliser intelligemment les antibiotiques : moins souvent et mieux. Parlez-en avec votre médecin et votre pharmacien.

**PRÉSERVONS LES ANTIBIOTIQUES  
ILS PEUVENT NOUS SAUVER LA VIE**

Une initiative du Ministère fédéral des Affaires sociales, de la Santé publique et de l'Environnement  
Avec le soutien de la Communauté française, de la Communauté flamande  
et de la Communauté germanophone

