



Antibiotiques : comment les utiliser raisonnablement ?

🕒 paru le 13/05/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Les bactéries sont des organismes unicellulaires de très petite taille (micro-organismes), capables de survivre dans des conditions ambiantes changeantes, par exemple en cas de changement de la température ou du taux d'humidité. Elles sont présentes partout dans l'environnement, mais certaines espèces vivent aussi sur les êtres vivants, et notamment sur les humains.

Dans la plupart des cas, la présence de bactéries n'est pas nocive pour l'homme. Les bactéries vivent sur la peau et les muqueuses de la bouche, du nez, de la gorge, de l'intestin et du vagin. L'ensemble des micro-organismes présents s'appelle une flore : flore cutanée, flore intestinale, flore vaginale,...

L'humain tire même un certain bénéfice de la présence de bactéries car elles ralentissent la prolifération des bactéries qui peuvent provoquer des maladies (bactéries pathogènes). Les bactéries intestinales empêchent ainsi les dangereuses bactéries étrangères de s'implanter dans l'intestin. La peau et le vagin bénéficient, eux aussi, d'une protection similaire.

Notre organisme contient des bonnes bactéries, mais aussi des bactéries pathogènes que notre système de défense (système immunitaire) garde sous contrôle. Lorsque nous sommes contaminés par une bactérie pathogène et qu'elle prend le dessus, nous souffrons d'une infection. Dans la plupart des cas, notre propre système immunitaire sera capable de vaincre cette infection. Mais, parfois, il n'y arrive pas. Nous devons alors prendre des médicaments capables de désactiver les bactéries.

Les antibiotiques sont des médicaments utilisés pour le traitement ou la prévention d'infections bactériennes. Ils peuvent soit tuer la bactérie, soit en ralentir la prolifération.

Les antibiotiques ne sont d'aucune utilité contre les infections virales, telles qu'un rhume, une grippe intestinale ou une grippe. Leur efficacité se limite aux infections causées par des bactéries comme, par exemple, une cystite ou une pneumonie.

Les antibiotiques peuvent provoquer des effets secondaires :

- Les antibiotiques agissent également contre les bactéries dont nous avons besoin, comme les bactéries intestinales. Ils peuvent donc entraîner des crampes, des nausées et de la diarrhée.
- Réactions allergiques : des petites plaques rouges sur la peau, accompagnées de démangeaisons ou des effets secondaires plus graves tels que des difficultés respiratoires.
- Développement d'une autre infection (par champignon), par exemple une mycose vaginale.
- Les antibiotiques peuvent entraîner une résistance (voir ci-dessous).

Le choix de l'antibiotique est déterminé par différents facteurs :

- La nature de l'infection. Une bactérie peut être sensible à un certain type d'antibiotiques, mais pas à un autre. Cette sensibilité peut être testée au laboratoire.
- L'endroit de l'infection. Une pneumonie et une cystite ne seront pas traitées par le même antibiotique.
- Les réactions allergiques connues. Lorsqu'une personne est allergique à un certain antibiotique, il ne faudra donc pas l'utiliser.
- Autres médicaments. La prise de plusieurs médicaments en même temps peut influencer l'effet des antibiotiques.
- Le choix entre un et plusieurs antibiotiques. Certaines bactéries ne peuvent pas être détruites avec un seul antibiotique, mais bien avec une association de plusieurs types d'antibiotiques.
- La puissance du système immunitaire de la personne contre les infections.

Le développement de la résistance

L'arrivée des antibiotiques en médecine, avec la pénicilline en 1940, a marqué un grand tournant dans l'histoire : il était désormais possible de vaincre un grand nombre d'infections et on pensait que ces maladies infectieuses pouvaient être supprimées une fois pour toutes. Les antibiotiques étaient considérés comme des remèdes miracles. Ils étaient utilisés rapidement, à l'excès et souvent de manière inutile. Bon nombre de bactéries ont ainsi développé une résistance contre les antibiotiques utilisés. Elles sont donc progressivement devenues insensibles à leur effet. On parle d'antibiorésistance.

La résistance est devenue un énorme problème et les antibiotiques ont commencé à perdre leur efficacité. Aujourd'hui encore, des infections résistantes circulent dans nos hôpitaux et nos établissements de soins, constituant une grave menace pour les personnes déjà affaiblies.

Il est question de résistance dès que l'antibiotique n'est plus capable de ralentir la prolifération des bactéries ou de tuer les bactéries lorsqu'il est administré à une dose normale. Les bactéries sont alors insensibles à l'antibiotique et vous pouvez tomber gravement malade.

Le problème de la résistance

Nous pouvons tous être porteurs de bactéries résistantes, mais elles ne provoquent pas de maladies chez la plupart d'entre nous. En revanche, nous pouvons transmettre ces bactéries à d'autres personnes qui, elles, y sont sensibles. L'antibiorésistance représente un grand risque pour les personnes dont le système immunitaire est affaibli (par exemple en cas d'infection par le VIH, après une greffe d'organe, chez les personnes âgées, les personnes hospitalisées, etc.).

Si les antibiotiques sont utilisés trop souvent et pris d'une mauvaise manière (tant chez l'humain que chez l'animal), les bactéries seront de plus en plus nombreuses à y devenir insensibles. À l'avenir, il sera donc de plus en plus difficile et de plus en plus cher de combattre les infections bactériennes.

Une infection facile à traiter aujourd'hui pourrait bientôt provoquer une maladie grave, un plus grand nombre d'hospitalisations et un allongement de la durée de la maladie. Dans le pire des cas, il ne sera plus possible de traiter les infections bactériennes, ce qui donnera lieu à un plus grand nombre de décès.

Il existe déjà des bactéries qu'il est presque impossible de traiter par des antibiotiques, comme par exemple la bactérie hospitalière connue sous l'abréviation MRSA (staphylococcus aureus résistant à la méthicilline).

Usage raisonnable des antibiotiques

Les antibiotiques doivent être prescrits avec prudence. Souvent, votre organisme est capable de guérir tout seul d'une infection bactérienne. Dans ce cas, les antibiotiques n'auront pas ou peu d'effet sur l'évolution de la maladie.

Les antibiotiques ne sont pas utiles contre les infections virales, telles qu'un rhume et beaucoup d'autres infections des voies respiratoires supérieures (sinusite, par exemple), ou encore contre une bronchite aiguë, une grippe intestinale ou une grippe.

Ils agissent uniquement en cas d'infections causées par des bactéries, comme une cystite, une pneumonie ou certaines infections sexuellement transmissibles telles que la gonorrhée et l'infection à Chlamydia.

Si nous voulons que les antibiotiques restent efficaces, nous devons les utiliser correctement, et uniquement lorsqu'ils sont nécessaires. Il ne sert à rien de prendre des antibiotiques à titre préventif (sauf dans certaines circonstances très particulières). De même, les enfants peuvent plus souvent se passer d'antibiotiques.

Que pouvez-vous faire ?

En tant que patient, vous devez utiliser correctement les antibiotiques et suivre les conseils du médecin.

- Ne prenez jamais d'antibiotiques sans ordonnance.
- Prenez les antibiotiques au moment prescrit et à la dose prescrite.
- Respectez la durée du traitement.
- N'arrêtez le traitement qu'en concertation avec le médecin, ne l'arrêtez pas de votre propre initiative si vous vous sentez mieux après quelques jours.
- Ne prenez pas les antibiotiques qu'il vous reste d'un traitement précédent. Ramenez-les toujours au pharmacien.

Vous pouvez également contribuer à éviter la propagation des bactéries d'une personne à l'autre en appliquant une bonne hygiène des mains. Lavez-vous les mains régulièrement, surtout après le passage aux toilettes, avant la préparation d'un repas, avant de manger, après avoir toussé/éternué, ... Un simple lavage à l'eau et au savon élimine 99,9 % des bactéries.

Une bonne hygiène des mains est encore plus essentielle pour protéger les personnes malades, les personnes plus âgées et les jeunes enfants. En effet, vous pouvez être porteur d'une bactérie résistante sans être malade. Dans les hôpitaux, les crèches et les centres de jour, une solution hydroalcoolique est également utilisée pour se désinfecter les mains.

Grave diarrhée due aux antibiotiques

Les antibiotiques freinent la flore intestinale normale. Ceci peut entraîner une prolifération excessive de Clostridium difficile, une bactérie présente dans l'intestin des personnes en bonne santé. Cette bactérie produit des substances toxiques (toxines) qui provoquent une diarrhée. Compte tenu de la résistance croissante de Clostridium difficile à presque tous les antibiotiques, l'infection due à cette bactérie pose de plus en plus problème. Un traitement expérimental par une greffe de selles contenant une flore normale (transplantation fécale) a récemment été testé, avec des résultats prometteurs.

En savoir plus ?

- [Les antibiotiques – BAPCOG - Commission belge de coordination de la politique antibiotique](#)
- [Hygiène des mains – SPF Santé publique, sécurité de la chaîne alimentaire et environnement](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Écologie de l'utilisation des antibiotiques' \(2000\), mis à jour le 07.02.2017 et adapté au contexte belge le 04.12.2019 – ebpracticenet](#)