



Guide d'utilisation judicieuse des antibiotiques

**DES PILULES
CONTRE
TOUS LES
MICROBES ?**



Gérer la toux, les rhumes, les éternuements et les microbes



Cette ressource est également disponible dans les langues suivantes :

- le pied-noir
- le cri
- le dënesųłnė
- le stoney

- l'arabe
- le bengali
- le chinois
- le française
- l'hindi
- le corėene
- le malayalam
- l'oromo
- le pachtou
- le persan
- le pendjabi
- le somali
- l'espagnol
- le souahėli
- le tagal
- le tigrinya
- l'ukrainien
- l'ourdou
- le vietnamien

Des pilules contre tous les microbes?, Contrôles des maladies transmissibles, Services de santé de l'Alberta.

DBND@ahs.ca

www.dobugsneeddrugs.org

© 2022 Services de santé de l'Alberta,
Provincial Population & Public Health



This work is licensed under a **Creative Commons Attribution-Non-commercial-Share Alike 4.0 International license (Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0))**. To view a copy of this licence, see <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>. (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.fr>). You are free to copy, distribute and adapt the work for non-commercial purposes, as long as you attribute the work to Alberta Health Services and abide by the other licence terms. If you alter, transform, or build upon this work, you may distribute the resulting work only under the same, similar, or compatible licence. The licence does not apply to AHS trademarks, logos or content for which Alberta Health Services is not the copyright owner.

Disclaimer statement:

This material is intended for general information only and is provided on an “as is”, “where is” basis. Although reasonable efforts were made to confirm the accuracy of the information, Alberta Health Services does not make any representation or warranty, express, implied or statutory, as to the accuracy, reliability, completeness, applicability or fitness for a particular purpose of such information. This material is not a substitute for the advice of a qualified health professional. Alberta Health Services expressly disclaims all liability for the use of these materials, and for any claims, actions, demands or suits arising from such use.

Résistance aux antibiotiques

Qu'est-ce que la résistance aux antibiotiques ?

- **Toute utilisation d'antibiotiques**, que ce soit pour de bonnes ou mauvaises raisons, peut entraîner une résistance aux antibiotiques. Pour limiter le développement de la résistance aux antibiotiques, **les antibiotiques ne doivent être utilisés que lorsqu'ils sont vraiment nécessaires.**
- La résistance aux antibiotiques est un mécanisme de défense des bactéries qui leur permet de survivre et de se multiplier, même lorsqu'un antibiotique est présent. Les bactéries résistantes aux antibiotiques sont parfois appelées « **super-bactéries** ».
- Lorsque les bactéries résistent aux antibiotiques, les antibiotiques qui étaient efficaces auparavant ne le sont plus.
- Les infections causées par des bactéries résistantes aux antibiotiques sont difficiles et parfois impossibles à traiter. Cela peut entraîner une maladie plus longue et parfois la mort.
- N'oubliez pas que les bactéries sont résistantes, PAS VOUS ! Même les personnes en très bonne santé qui n'ont jamais pris d'antibiotiques peuvent être infectées par des bactéries résistantes aux antibiotiques provenant d'autres sources.

*Les antibiotiques **ne permettent pas de soigner** les infections virales, telles que le rhume, la grippe et la bronchite (rhume de poitrine).*

L'utilisation d'antibiotiques pour ces infections peut causer une résistance aux antibiotiques.

Que devez-vous faire ?

- **Ne vous attendez** pas à recevoir des antibiotiques lorsque vous ou votre enfant avez un rhume ou une toux. La plupart de ces infections sont causées par des virus et les antibiotiques ne permettront pas de les soigner.
- Discutez avec votre médecin pour déterminer si votre infection est virale ou bactérienne et si un antibiotique est nécessaire.
- Soyez patient lorsque vous (ou votre enfant) avez des symptômes de rhume, de toux ou de maux de gorge. La plupart des maladies virales prendront 4 à 5 jours avant de s'améliorer et jusqu'à 3 semaines pour un rétablissement complet.
- Pendant la saison des rhumes ou de la grippe, lavez-vous les mains fréquemment pour éviter de tomber malade. Suivez nos conseils détaillés sur le lavage des mains à la page suivante.

**Évitez de contracter une
SUPER-BACTÉRIE.
Utilisez les antibiotiques à bon
escient !**

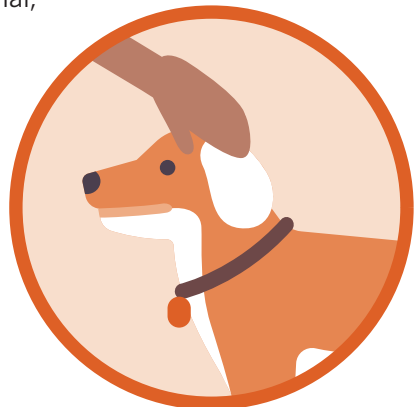
Lavage des mains

Le lavage des mains est le meilleur moyen d'arrêter la propagation des infections.

80 % des infections courantes peuvent se propager par les mains.

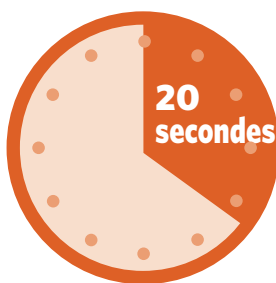
Quand se laver les mains :

- Avant les repas
- Avant, pendant et après la préparation d'aliments
- Avant d'allaiter
- Après être allé aux toilettes ou après avoir aidé un enfant à aller aux toilettes
- Avant et après avoir changé des couches ou des produits d'hygiène féminine
- Après s'être mouché ou essuyé le nez d'un enfant
- Après avoir manipulé des objets touchés par d'autres personnes
- Avant de mettre ou de retirer des lentilles de contact
- Avant et après vous être occupé d'une personne malade
- Après avoir touché ou nourri un animal, ou manipulé des déchets animaux
- Avant et après avoir utilisé du fil dentaire



Comment se laver les mains :

1. Utilisez de l'eau et du savon. Le lavage à l'eau seule n'élimine pas les microbes.
2. Mouillez-vous les mains.
3. Appliquez du savon ordinaire. **N'utilisez pas de savon antibactérien.**
4. Frottez-vous les mains pendant au moins 20 secondes (ou le temps qu'il faut pour chanter une comptine). Frottez toutes les parties des mains, y compris les paumes, l'espace entre les doigts, les pouces, le dessus des mains, les poignets, le bout des doigts et les ongles.
5. Rincez-vous les mains pendant 10 secondes.
6. Séchez-vous soigneusement les mains avec une serviette propre.



Ce que vous devriez faire :

- Attendez-vous à ce que les médecins, les dentistes, les infirmières et les thérapeutes se lavent les mains avant de vous examiner, vous ou votre enfant.
- Assurez-vous que du savon ordinaire est disponible dans les toilettes de l'école de votre enfant et sur votre lieu de travail.
- Assurez-vous que les lieux de garde d'enfants ont des endroits où les adultes et les enfants peuvent se laver les mains.
- **Utilisez du savon ordinaire.** Le savon ordinaire fonctionne aussi bien que le savon antibactérien. Le savon antibactérien n'est pas recommandé car il entraîne une résistance bactérienne et n'est pas plus efficace que le savon ordinaire.
- Donnez l'exemple.

Bactéries et virus

Les virus et les bactéries provoquent des infections, mais les antibiotiques n'agissent que contre les bactéries.

Infections virales

- Comprennent le rhume, la grippe, le croup (laryngotrachéite aiguë), la laryngite, le rhume de poitrine (bronchite) et la plupart des maux de gorge.
- Sont généralement plus contagieuses que les infections bactériennes. Si plusieurs membres de votre famille souffrent de la même maladie, il s'agit probablement d'une infection virale.
- Peuvent vous rendre aussi malade que les infections bactériennes.
- Votre état s'améliore généralement en 4 à 5 jours, mais il peut falloir jusqu'à trois semaines pour récupérer complètement.

✗ Les antibiotiques ne fonctionnent pas pour les infections virales

Infections bactériennes

- Sont moins fréquentes que les infections virales.
- Ne se transmettent pas aussi facilement d'une personne à une autre que les infections virales.
- Des exemples courants d'infections bactériennes sont l'angine streptococcique et certains types de pneumonie.

✓ Les antibiotiques fonctionnent pour les infections bactériennes, mais ne sont pas toujours nécessaires

Fièvre

La fièvre est une élévation de la température corporelle, souvent due à une maladie. Une peau rouge, chaude et sèche, même sous les aisselles, est un signe de fièvre.

Votre température ou celle de votre enfant dépend de l'endroit où elle est prise.

Prise en charge :

- La fièvre est un mécanisme de protection qui permet au corps de combattre les infections. La fièvre peut survenir avec des infections virales et bactériennes.
- Envisagez d'utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (selon les instructions sur le médicament) si la personne fiévreuse ne se sent pas bien.
- Habillez-vous ou votre enfant de vêtements légers afin d'être au frais mais sans frissonner, car les frissons génèrent plus de chaleur. Gardez la température ambiante à environ 20 °C ou à une température fraîche mais confortable.
- Buvez beaucoup de liquides frais. Offrez des liquides frais ou des sucettes glacées à votre enfant toutes les heures lorsqu'il est éveillé.



Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Fièvre :

- Permet au corps de combattre les infections.
- Peut survenir avec des infections virales et bactériennes.

Si une personne, quel que soit son âge, a de la fièvre et des éruptions cutanées et s'est rendue dans une région où la rougeole circule, contactez Health Link (composez le 811 en Alberta) pour recevoir des conseils sur la meilleure marche à suivre.

Rhume et nez qui coule



Les rhumes sont causés par des virus. Il existe environ 200 virus différents qui causent le rhume. Les enfants peuvent attraper de 8 à 10 rhumes par an. Les adultes ont moins de rhumes parce qu'ils ont développé une immunité contre certains virus. Les antibiotiques ne fonctionnent pas contre les virus du rhume.



Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Symptômes :

- Au début, maux de tête, fièvre et larmolement, suivis d'écoulement nasal, de maux de gorge, d'éternuements et de toux.
- Le liquide du nez est clair au début mais devient jaune ou vert épais.



Prise en charge :

- Buvez beaucoup d'eau, à la température la plus apaisante.
- Envisagez d'utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (selon les instructions sur le médicament) si la personne qui a le rhume ne se sent pas bien.

Prévention :

- Lavez-vous les mains pour éviter la propagation des virus qui causent le rhume.
- Apprenez à vos enfants à se laver les mains.

- Si vous avez un rhume ou si vous vous occupez d'une personne enrhumée, lavez-vous souvent les mains pour éviter d'infecter les autres.
- Un décongestionnant ou un sirop contre la toux peut soulager les symptômes mais ne raccourcira pas la durée du rhume.

REMARQUE : Ne donnez pas ces produits aux nourrissons ou aux enfants de moins de six ans.

REMARQUE : Les décongestionnants et le sirop contre la toux peuvent également contenir des médicaments qui font baisser la température. Lisez attentivement les étiquettes et consultez votre pharmacien ou votre médecin pour éviter un surdosage.

Utilisez des gouttes nasales d'eau salée (solution saline) pour traiter les congestions nasales, en particulier chez les nourrissons et les tout-petits. Utilisez des gouttes ou un vaporisateur d'eau salée du commerce ou **faites les vôtres.**

Gouttes d'eau salée à faire vous-même

Mélanger :

- 240 ml d'eau distillée (si vous utilisez de l'eau du robinet, faites bouillir pendant une minute pour stériliser d'abord, puis laissez refroidir jusqu'à ce qu'elle soit tiède)
- 2,5 g de sel
- 2,5 g de bicarbonate de soude

Placez la solution dans une bouteille propre avec un compte-gouttes ou un flacon compressible (disponible en pharmacie). Vous pouvez également utiliser une poire à succion. Préparez une nouvelle solution tous les 3 jours.

Pour l'utiliser :

- Asseyez-vous et penchez légèrement la tête en arrière. Ne vous allongez pas. Placez l'embout du compte-gouttes, de la poire à succion ou du flacon compressible dans une narine, pas trop loin. Laissez couler doucement ou injectez quelques gouttes dans la narine. Répétez l'opération pour votre autre narine. Essayez le compte-gouttes avec un chiffon ou un mouchoir propre après chaque utilisation.

Grippe

La grippe est causée par un virus. Les adultes atteints de la grippe peuvent transmettre le virus à d'autres personnes pendant 3 à 5 jours après l'apparition des symptômes. Les enfants atteints de la grippe peuvent transmettre le virus à d'autres personnes jusqu'à 7 jours après.



Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Symptômes :

- Fièvre/frissons
- Maux de tête
- Douleurs musculaires ou corporelles
- Sensation de fatigue
- Gorge irritée
- Nez qui coule ou bouché/éternuement
- Toux



Prévention :

- Faites-vous vacciner contre la grippe chaque année.
- Lavez-vous les mains, surtout après avoir été en contact avec une personne malade. Apprenez à votre enfant à se laver les mains.
- Couvrez-vous le nez et la bouche lorsque vous éternuez ou toussiez.
- Apprenez à votre enfant de bonnes habitudes respiratoires.

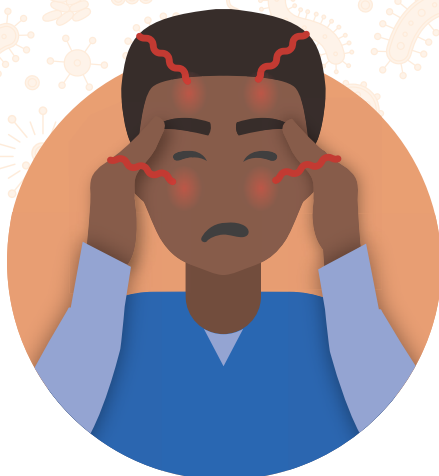
Prise en charge :

- Buvez beaucoup de liquides comme de l'eau.
- Reposez-vous suffisamment ou laissez votre enfant se reposer suffisamment. Restez chez vous ou gardez votre enfant à la maison pendant les premiers jours de la maladie pour se reposer et éviter la propagation à d'autres personnes.
- Envisagez d'utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (selon les instructions sur le médicament) pour la fièvre, les maux de tête et les courbatures.

La saison de la grippe commence généralement en novembre ou décembre de chaque année et se termine en avril ou mai.

Parfois, la grippe peut entraîner une pneumonie.

Infection des sinus



Les sinus sont des espaces remplis d'air autour du nez et des yeux. La sinusite survient lorsque du liquide s'accumule dans les sinus.

La sinusite survient le plus souvent après un rhume, mais la plupart des rhumes ne conduisent pas à une sinusite bactérienne.

Les symptômes de la sinusite sont plus graves et durent plus longtemps que ceux d'un rhume.

REMARQUE : Si les symptômes s'accompagnent d'un mal de gorge et/ou d'une toux, voir Rhumes et/ou grippe.



Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Symptômes :

- Douleur ou pression faciale, maux de tête, maux de dents, sensation de fatigue, toux, fièvre.
- Un nez bouché avec écoulement nasal jaune ou vert qui dure plus de 10 jours indique que vous pourriez avoir besoin d'antibiotiques.

Prise en charge :

- Envisagez d'utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (selon les instructions sur le médicament) pour la douleur et la fièvre.
- Pour les enfants, utilisez des gouttes ou un vaporisateur d'eau salée pour soulager les écoulements nasaux (voir la recette dans Rhume/nez qui coule, page 9) ; pour les adultes, une irrigation saline est plus efficace.
- Les décongestionnants peuvent soulager la congestion mais ne raccourciront pas la durée de la maladie.

REMARQUE : Ne donnez pas ces produits aux nourrissons ou aux enfants de moins de six ans.

REMARQUE : Les décongestionnants peuvent également contenir des médicaments qui font baisser la température. Lisez attentivement les étiquettes et consultez votre pharmacien ou votre médecin pour éviter un surdosage.

*Les bactéries et les virus peuvent provoquer une sinusite
(les virus sont jusqu'à 200 fois plus fréquents).*

Gorge irritée



Un mal de gorge accompagne souvent un rhume. La plupart des maux de gorge sont causés par des virus. Un antibiotique n'aidera pas à soigner un mal de gorge causé par un virus.

*Certains maux de gorge sont causés par la bactérie streptocoque. Si un mal de gorge s'accompagne d'un écoulement nasal, d'une toux, d'un enrouement, d'une conjonctivite ou d'une diarrhée, cela est probablement dû à un virus et **NON** à une angine streptococcique.*



Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Votre médecin ne peut pas vous dire si un mal de gorge est une angine streptococcique simplement en le regardant.

- Si le mal de gorge accompagne un rhume, il est très probablement causé par un virus et un prélèvement de gorge n'est pas nécessaire.

- Si vous n'avez pas de signes de rhume, votre médecin peut vous faire un prélèvement de gorge pour déterminer si le mal de gorge est causé par une bactérie ou un virus. Les résultats des tests sont généralement prêts dans les 48 heures.
- Si les résultats du test sont négatifs, les antibiotiques n'auront pas d'effet car le mal de gorge est probablement causé par un virus.
- Si les résultats du test sont positifs, votre médecin peut décider de vous prescrire un antibiotique.
- Les membres de votre famille n'ont pas besoin d'être testés à moins qu'ils ne soient malades.

Prise en charge :

- Buvez beaucoup de liquides comme de l'eau.
- Envisagez d'utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (selon les instructions sur le médicament) pour la douleur et la fièvre.
- Pour les enfants de six ans et plus et les adultes, de simples pastilles pour la gorge peuvent soulager les symptômes.

REMARQUE : Les jeunes enfants ne devraient pas recevoir de pastilles en raison du risque d'étouffement.

- Pour les enfants plus âgés et les adultes, des gargarismes avec de l'eau salée tiède soulageront la gorge. Mélangez une demi cuillère à café de sel de table avec 250 ml d'eau tiède. Faites des gargarismes pendant 10 secondes. Peut être fait 4 à 5 fois par jour.
- Vous ou votre enfant pouvez reprendre une activité normale lorsque vous vous sentez mieux.

Mal d'oreille



La trompe d'Eustache relie l'oreille moyenne et l'arrière de la gorge. Parce que ce tube est étroit chez les jeunes enfants, il peut se boucher, surtout en cas de rhume. Ce blocage peut causer une infection.

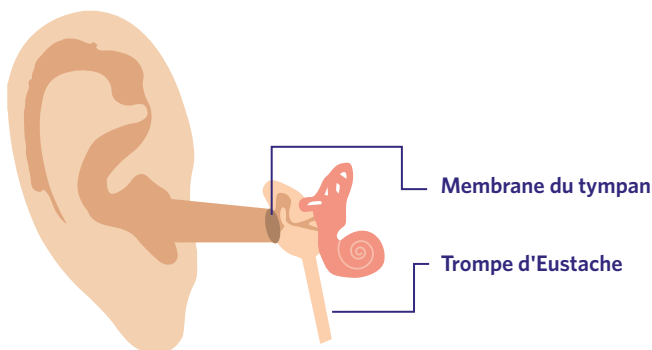
Il est important de noter que 70 à 80 % des enfants qui ont une otite (infection de l'oreille) se remettent sans antibiotique. Certaines otites sont dues à des virus et d'autres à des bactéries. L'attente vigilante est une approche raisonnable que votre médecin pourrait vous recommander.



Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Symptômes :

- Fièvre
- Douleur de l'oreille
- Irritabilité



Prise en charge :

- Envisagez d'utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (selon les instructions sur le médicament) pour la douleur et la fièvre.
- Placez un linge chaud sur l'extérieur de l'oreille.
- Les antihistaminiques et les décongestionnants ne soulagent pas une otite.
- Dans certains cas, votre médecin peut prescrire des antibiotiques après examen des oreilles de votre enfant.
- En raison du risque de résistance aux antibiotiques, il n'est plus recommandé de donner des antibiotiques pendant des périodes prolongées pour prévenir les otites.



Prévention :

- Lavez-vous les mains fréquemment et apprenez à votre enfant à se laver les mains, car la plupart des otites surviennent après un rhume.
- Évitez d'exposer votre enfant à la fumée secondaire.
- Ne donnez pas à boire à votre enfant en position couchée.

Toux

La plupart des toux chez les adultes et les enfants sont causées par des infections virales des voies respiratoires (voir le tableau ci-dessous). Les antibiotiques ne doivent être utilisés pour une toux que si le patient a une pneumonie due à des bactéries ou des tests positifs pour la coqueluche.



Symptômes :

- Fièvre, toux et douleurs thoraciques.
- Expectoration de mucus qui peut être jaune ou vert. Cela ne signifie pas qu'il s'agit d'une infection bactérienne.
- Une respiration sifflante peut survenir.

REMARQUE : Avec une bronchite virale, 45 % des personnes toussent encore après 2 semaines et 25 % des personnes toussent encore après 3 semaines

Pour une liste des symptômes qui devraient être évalués par un professionnel de la santé, allez à la page 20. Pour une liste des symptômes dangereux et nécessitant des soins médicaux immédiats, allez à la page 22.

Maladie	Site	Tranche d'âge	Cause
Laryngite	Cordes vocales	Enfants plus âgés / Adultes	Virus
Croup	Cordes vocales et trachée	Enfants en bas âge	Virus
Bronchite*	Tubes respiratoires (grands)	Enfants plus âgés / Adultes	Virus
Bronchiolite	Tubes respiratoires (petits)	Nourrissons	Virus
Pneumonie	Sacs alvéolaires	Tous les âges	Bactérie ou virus
Coqueluche	Nez aux poumons	Tous âges	Bactérie

*Les patients atteints d'une maladie pulmonaire grave à long terme contractent parfois une infection bactérienne lorsqu'ils contractent une bronchite.

Prise en charge :

- Buvez beaucoup de liquides comme de l'eau.
- Les antitussifs peuvent aider les enfants plus âgés et les adultes.

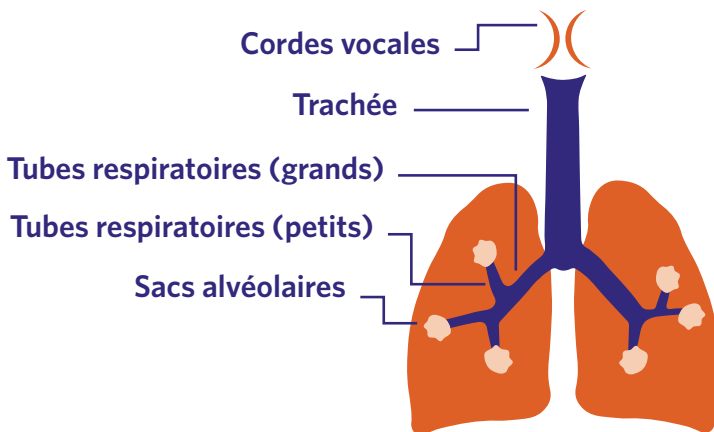
REMARQUE : Ne donnez pas ces produits aux nourrissons ou aux enfants de moins de six ans.

REMARQUE : Le sirop contre la toux peut également contenir des médicaments qui font baisser la température. Lisez attentivement les étiquettes et consultez votre pharmacien ou votre médecin pour éviter un surdosage.

- Des pastilles contre la toux peuvent aider les enfants plus âgés et les adultes. Évitez les pastilles contre la toux antibactériennes, car elles peuvent causer une résistance aux antibiotiques.

REMARQUE : Les pastilles contre la toux ne doivent pas être administrées aux enfants de moins de six ans en raison du risque d'étouffement.

- Une radiographie pulmonaire est recommandée pour diagnostiquer une pneumonie bactérienne. Une fois le diagnostic effectué, des antibiotiques sont normalement prescrits.



Symptômes graves qui devraient faire l'objet d'un examen de la part d'un professionnel de la santé



Ces symptômes nécessitent l'attention d'un médecin ou d'un infirmier.



Fièvre :

- Si un enfant de moins de 3 mois a de la fièvre, il doit être vu immédiatement.
- Si un enfant, quel que soit son âge, a de la fièvre et semble malade, il doit être vu immédiatement.
- Si un enfant, quel que soit son âge, a de la fièvre pendant plus de 3 jours, il doit être vu dans les 24 heures.

Symptômes graves qui devraient faire l'objet d'un examen de la part d'un professionnel de la santé (suite) :



Mal d'oreille

Consultez un médecin si un enfant a mal à l'oreille et :

- a également une forte fièvre ; ou
- semble malade ; ou
- a une rougeur ou un gonflement derrière l'oreille ; ou
- son oreille est poussée vers l'avant ; ou
- son mal d'oreille reste grave pendant plus de 24 heures malgré l'utilisation d'acétaminophène/ibuprofène.

Les adultes souffrant de fièvre ou d'autres maladies devraient toujours envisager de consulter leur médecin ou un infirmier si les symptômes s'aggravent ou sont inhabituellement graves.

En Alberta, vous pouvez appeler Health Link (au 811) si vous avez besoin de conseils ou si vous n'êtes pas sûr de la meilleure marche à suivre.

Pour obtenir des conseils pratiques sur les problèmes de santé des enfants, accédez à ahs.ca/heal, une ressource d'information publique gérée par le Stollery Children's Hospital.

Signes d'urgence sanitaire



Si vous ou une personne dont vous vous occupez présentez l'un de ces symptômes, veuillez consulter immédiatement un médecin.



Fièvre

Consultez immédiatement un médecin si :

- Une personne, quel que soit son âge, a de la fièvre et est très irritable ou léthargique (difficile à se réveiller ou à rester éveillée), vomit de façon répétée et peut avoir une raideur de la nuque ou une éruption cutanée étendue qui ne disparaît pas lorsque vous appuyez aux endroits de l'éruption (cela peut ressembler à de petits bleus).



Respiration

Consultez immédiatement un médecin si :

- Une personne malade, quel que soit son âge, a des difficultés à respirer (non causées par un nez bouché).
- Une personne malade respire beaucoup plus vite ou plus lentement que d'habitude, ou a les lèvres, les mains ou les pieds bleus.

Signes d'urgence sanitaire :



État général

Consultez immédiatement un médecin si :

- Une personne malade, quel que soit son âge, est difficile à réveiller ou à du mal à rester éveillée, est plus confuse, irritable ou agitée que la normale, a un mal de tête grave qui ne disparaît pas, a la nuque raide, a la peau marbrée ou très pâle ou semble froide au toucher.
- Une personne malade présente des signes de déshydratation, notamment une peau sèche, une bouche sèche, un point mou creux (fontanelle) chez un bébé ou a très peu d'urine.

Les autres raisons de consulter immédiatement un médecin comprennent :

- Si une personne malade a des difficultés à avaler ou bave excessivement.
- Si une personne malade de tout âge est molle, est incapable de bouger ou a une crise épileptique.

Ces informations sont données à titre indicatif seulement. Vous devez toujours utiliser vos propres connaissances et votre bon sens pour savoir si vous devez vous adresser à un médecin, à un infirmier ou un infirmier praticien.

En Alberta, vous pouvez appeler Health Link (en composant le 811) si vous avez besoin de conseils ou si vous n'êtes pas sûr de la meilleure marche à suivre.

Le saviez-vous ?

1. Le lavage des mains est le meilleur moyen d'arrêter la propagation des infections.
2. Les bactéries et les virus sont différents. Ils peuvent tous deux causer des infections, mais les antibiotiques ne donnent des résultats que contre les infections bactériennes.
3. Utilisez les antibiotiques à bon escient pour limiter le développement de la résistance aux antibiotiques.



**DES PILULES
CONTRE
TOUS LES
MICROBES ?**



 **Alberta Health
Services**

Des pilules contre tous les microbes est un programme de Alberta Health Services (services de santé de l'Alberta) et du British Columbia Centre for Disease Control (centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique).