

La Minute Santé : mal utilisés, les antibiotiques peuvent se retourner contre vous

L'antibiorésistance pourrait tuer plus de 10 millions de personnes en 2050

Par Fabien Cassar

Ce contenu partenaire vous est proposé par le Hub Sante, communauté d'entreprises et d'institutions qui contribuent à la création de contenus mettant en avant leurs activités et leurs expertises. « La Provence » les réunit régulièrement pour évoquer des thématiques d'actualité en compagnie d'experts invités.



La hausse dangereuse de la consommation d'antibiotiques dans certains pays, mais aussi la sous-consommation dans d'autres régions, entraînent l'émergence de "superbactéries" mortelles. PINSTOCK / ISTOCK.COM

La meilleure défense, c'est l'attaque ! À la guerre peut-être, en santé sûrement pas ! Un rhume, la gorge qui gratte ou une toux grasse n'ont pas besoin d'antibiotique pour être soignés. Pourtant, trop de Français ont encore ce mauvais réflexe de vouloir à tout prix passer par la case "antibio" pour aller mieux. *"Les antibiotiques sont efficaces contre les bactéries seulement et n'ont aucune action les virus"*, rappelle le Dr. Kraemer, infectiologue à l'hôpital Saint-Joseph.

Si les Français en prennent de moins en moins (-15 % en 10 ans) ils sont tout de même demandeurs. En 2018, 728 tonnes d'antibiotiques ont été consommées par les habitants de l'Hexagone. Un chiffre impressionnant qui fait de nous le quatrième pays le plus consommateur des "tueurs de bactéries."

L'usage abusif d'antibiotiques est devenu un problème de santé publique. Cela représente entre 120 000 et 150 000 infections par an et au moins 5 500 décès. Dans un rapport datant de 2018, l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) stipule que si aucun effort n'est fait pour réduire la consommation d'antibiotiques, 238 000 personnes pourraient mourir d'ici 2050, soit plus que le cancer...

Ils sont efficaces uniquement contre les bactéries

"Pour la grippe par exemple, le meilleur moyen de l'éviter, c'est de se faire vacciner !", souligne le spécialiste. "Il faut que les patients acceptent d'avoir des symptômes pendant quelques jours, lorsqu'ils ont une infection virale bénigne. Les antibiotiques n'ont aucune action la grippe. De plus, la prescription inutile d'antibiotique provoque parfois l'apparition de résistance à ce genre de virus".

Les bactéries évoluent en permanence et peuvent muter. Plus on consomme d'antibiotiques, plus on renforce la résistance de la bactérie aux traitements. Dans certains cas, on peut se retrouver devant une impasse thérapeutique. Il faut donc éviter de prescrire des médicaments anti-infectieux de manière disproportionnée.

C'est pour cela que les antibiotiques sont prescrits, seulement quand le médecin le juge nécessaire. *"Il est très important de respecter la dose et la durée du traitement. Même si on va mieux, il faut aller au bout de la prescription"*, souligne le docteur Doudier, elle aussi infectiologue à l'hôpital Saint-Joseph.

Des effets secondaires contraignants

Autre danger : les effets secondaires. *"Lorsqu'on prend trop d'antibiotiques, la flore humaine peut être impactée. L'intestin de l'homme contient naturellement un grand nombre de bactéries, le microbiote. Ces bactéries peuvent également faire les frais des antibiotiques, causant ainsi un déséquilibre au sein de cette flore et des troubles digestifs, notamment des diarrhées et des infections à Clostridium difficile dont le pronostic est parfois sévère"*.

En faisant la guerre aux antibiotiques, on en oublierait même leur usage premier qui consiste à soigner toutes les infections bactériennes, que ce soit une infection urinaire, une pneumonie ou une angine. Ces conseils valent également pour les tout petits qui sont eux aussi concernés par la question. *"Lors de la journée de sensibilisation au bon usage des antibiotiques à l'hôpital Saint-Joseph de Marseille, de nombreuses mamans nous ont alertés sur le fait que lorsque leurs enfants tombent malades à la crèche, on leur prescrit souvent des antibiotiques. Il faut rappeler que c'est un lieu où tous les microbes s'échangent. Le plus souvent, ce sont des infections virales, donc en règle générale, il n'y a pas lieu d'introduire de traitement de ce genre."*

Enfin, ne ressortez pas vos "restes" des placards, un antibiotique est efficace contre un type précis de maladie, même si vous avez les mêmes symptômes, vous avez peut-être besoin d'une autre arme pour vous battre contre les bactéries.