

# Infection virale : comment vous soigner ?

**LES ANTI-BIOTIQUES**  
bien se soigner, c'est d'abord  
bien les utiliser

DATE : ..... / ..... / .....






NOM DU PATIENT : .....

CACHET MÉDECIN

## Pourquoi n'avez-vous pas besoin d'un antibiotique aujourd'hui ?

Le rhume (rhinopharyngite), la grippe, la bronchite aiguë et la plupart des otites et des angines sont de nature virale et guérissent donc sans antibiotiques.

Avec ou sans antibiotiques, vous ne guérez pas plus vite. Le tableau ci-dessous vous indique la durée habituelle des symptômes de ces maladies (avec ou sans antibiotiques).

<input checked="" type="checkbox"/>	MALADIE	DURÉE HABITUELLE DES PRINCIPAUX SYMPTÔMES
<input type="checkbox"/>	 <b>RHINOPHARYNGITE (RHUME)</b> • <i>Toujours virale.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fièvre : 2-3 jours.</li><li>• Nez qui coule (sécrétions de couleur blanche, jaune ou verte), nez bouché : 7-12 jours.</li><li>• Toux : 1 à 3 semaines.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	 <b>GRIPPE</b> • <i>Infection virale.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fièvre, courbatures : 2-4 jours.</li><li>• Toux : 2-3 semaines.</li><li>• Fatigue : plusieurs semaines.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	 <b>ANGINE VIRALE</b> • <i>Test diagnostique rapide de recherche de streptocoque négatif.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fièvre : 2-3 jours.</li><li>• Mal à la gorge : 7 jours.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	 <b>BRONCHITE AIGUË</b> • <i>Quasiment toujours virale.</i> • <i>Les toux grasses avec des sécrétions jaunes ou verdâtres font partie de l'évolution naturelle de la maladie.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fièvre : 2-3 jours.</li><li>• Toux : 2-3 semaines.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	 <b>OTITE AIGUË</b> • <i>Après l'âge de 2 ans, guérit le plus souvent sans antibiotiques.</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fièvre, douleur : 3-4 jours.</li></ul>

### CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE POUR SOULAGER VOS SYMPTÔMES

- Buvez suffisamment : vous ne devez pas avoir soif.
- Adaptez votre activité physique, cela aide votre corps à guérir.
- Il existe des médicaments contre la fièvre ou la douleur. Suivez la prescription de votre médecin ou demandez conseil à votre pharmacien.

**Si vous avez de la fièvre (température > 38,5°C) durant plus de 3 jours, ou si d'autres symptômes apparaissent, ou que votre état de santé ne s'améliore pas, vous devez consulter votre médecin.**

## Pourquoi faut-il prendre un antibiotique seulement quand c'est nécessaire ?

- Les antibiotiques peuvent être responsables d'effets indésirables, comme les allergies ou la diarrhée.
- Les bactéries peuvent s'adapter et survivre en présence d'antibiotiques. Ainsi, plus vous prenez des antibiotiques, plus les bactéries présentes dans votre corps (peau, intestin) risquent de devenir résistantes.
- Les bactéries résistantes aux antibiotiques peuvent être la cause d'infections difficiles à guérir, et vous pouvez aussi les transmettre à vos proches.

**En prenant un antibiotique uniquement lorsque c'est indispensable, vous contribuez à prévenir l'apparition de bactéries résistantes aux antibiotiques.**

**ⓘ** Ce document est adapté à votre cas. Ne le donnez pas à quelqu'un d'autre, même en cas de symptômes identiques. Plus d'informations sur [AntibioMalin.fr](http://AntibioMalin.fr)