

Mésusage des antibiotiques en voyage : mauvais pour la santé ?

Beaucoup de voyageurs en partance pour un pays exotique emportent des antibiotiques pour se soigner en cas de turista et les utilisent quand ils ont une diarrhée ou une gastro-entérite aiguë.

C'est probablement une erreur ! En effet :

Les antibiotiques, utiles en cas de diarrhée sévère, sont inutiles quand cette diarrhée est modérée.

L'intérieur du tube digestif est tapissé par la « flore intestinale », des millions de bactéries utiles à la digestion et notre équilibre. La prise d'antibiotiques élimine une partie de cette flore et sélectionne les bactéries résistantes aux antibiotiques.

Plusieurs mois ou années plus tard, ces bactéries résistantes pourront provoquer des infections (urinaires, pulmonaires, osseuses, etc.) qui résisteront aux traitements antibiotiques et poseront des problèmes médicaux compliqués.

Par ailleurs, tout au long de son voyage, le touriste porteur de ces bactéries résistantes va les disséminer dans les eaux usées du pays visité.

Les systèmes d'épuration y étant souvent de mauvaise qualité, les bactéries résistantes vont se propager dans le pays, touchant à la fois les autochtones et les autres touristes.

Ainsi, une enquête menée par des bactériologistes finlandais vient de révéler que 21% des touristes finlandais reviennent de voyage avec des bactéries intestinales résistantes. Cette proportion atteint 46% chez ceux qui reviennent d'Asie du Sud (Inde notamment), 33% au retour d'Asie du Sud Est, du Moyen Orient ou d'Afrique du Nord, contre seulement 12% au retour de l'Afrique.

©Source : Kantele A et al, *Clinical Infectious Diseases*, e-pub, 21 janvier 2015.

Le Dico du doc



Benzo



Abréviation de « benzodiazépines », une famille de médicaments facilitant l'endormissement ou diminuant l'anxiété.

Principaux médicaments appartenant à cette famille :

Alprazolam, Bromazepam, Buccolam, Bucolane®, Diazepam, Havlane®, Hypnovel®, Lexomil®, Lormetazepam, Lyzanxia®, Midazolam, Mogadon®, Narcozep®, Noctamide®, Normison®, Nuctalon®, Rohypnol®, Seresta®, Temesta®, Tranxene®, Urbanyl®, Valium®, Versed®.

Il est recommandé de ne les consommer que pendant une courte durée, limitée à quelques semaines. Au-delà, les risques d'effets nuisibles augmentent considérablement : chutes, accidents de la voie publique, baisse de la vigilance, troubles de la mémoire, perturbation du sommeil.

Une enquête, menée par la Mutualité de la Fonction Publique Services (MFPS, enquête HOP 2012), a montré que 17% des mutualistes « gérés » par la MFPS prennent des benzodiazépines et que, parmi eux, plus de la moitié (58%) en consomment en permanence depuis plus de 12 semaines. Ce taux atteint 70% à partir de 65 ans.

Sources : MFPS, Open Rome, HAS, dictionnaire Vidal.

Météo antibio

Risques

- Grippe fort
- Bronchiolite moyen
- Inf respiratoire moyen
- Gastro-entérite faible
- Allergies pollens fort en PACA

Sources : ECDC, Open Rome, RNSA

Courrier des lecteurs

Test « excès de sel »*

Thierry D., fidèle lecteur parisien, nous écrit : « je "pète" 6 voire 7 au questionnaire, et ma tension -très souvent prise, because diabète- est toujours la même, et parfaite. Les médecins sont même admiratifs. C'est grave docteur ? »

Cher Thierry D., bravo pour votre tension ! En fait, vous n'aviez pas besoin de faire ce test puisque votre tension est parfaite.

Ce test est destiné uniquement à celles et ceux qui ont une tension trop élevée.

Il permet de savoir s'ils doivent ou non consacrer du temps à une enquête alimentaire méticuleuse sur la quantité de sel qu'ils absorbent.

* cf Doc du jeudi 26 février 2015

Source : Open Rome