

### TOUSSER N'EST PAS JOUER... avec les antibiotiques

Pendant l'hiver, les causes de toux se multiplient en raison des virus responsables d'infections respiratoires :

- virus grippaux, pouvant provoquer une surinfection bronchique ou pulmonaire,
- adénovirus, qui donne moins de fièvre que la grippe, mais fait tousser pendant plusieurs semaines,
- virus respiratoire syncytial (VRS), source de bronchiolites chez les nourrissons et de bronchites asthmatiformes chez les enfants, les adultes et les personnes âgées,
- métapneumovirus, cause de bronchiolites et de toux prolongées.

Tous ces virus peuvent favoriser la persistance de la toux, rendre la vie pénible pendant la journée et gêner le sommeil du malade et de son entourage durant la nuit.

Inutile de demander à votre médecin de vous prescrire un antibiotique (« Docteur, prescrivez quelque chose de fort parce que cette toux est très gênante ») : dans l'immense majorité des cas, les antibiotiques ne changeront rien. Une antibiothérapie n'est que très rarement nécessaire.

En revanche, il y a une foule de moyens pour rendre cette toux supportable le jour et moins gênante la nuit : humidifier le « gosier » et les cordes vocales (boire de l'eau souvent), humidifier l'air ambiant (mettre de l'eau dans les saturateurs des radiateurs, ouvrir les fenêtres), bien se moucher, prendre des médicaments qui calment l'irritation de la gorge et qui aident à expectorer, etc.

Parlez-en à votre médecin : il peut vous conseiller efficacement.

Sources : Santé publique France, Open Rome

### Le Dico du doc



## Sinusite



Le crâne est formé d'une série d'os plats, dont certains sont creux. Ces vides osseux sont appelés des « sinus ».

Les principaux sinus se situent au niveau du front (sinus frontaux), dans les mâchoires supérieures sous les yeux (sinus maxillaires), en arrière des yeux et devant les oreilles (sinus ethmoïdaux et sphénoïdaux).

Les cavités sinusales sont en relation les unes avec les autres et aussi avec l'intérieur du nez (les fosses nasales). Elles sont tapissées de cellules similaires à celles de l'intérieur du nez.

Souvent, à l'occasion d'un rhume ou d'un problème dentaire, l'inflammation de la muqueuse du nez se propage à celle des sinus, notamment à celle qui tapisse les sinus frontaux et les sinus maxillaires. Les médecins emploient alors le mot de « sinusite ». Si c'est le sinus frontal qui est touché, ils parlent de « sinusite frontale » et ainsi de suite pour chacun des autres sinus.

La plupart des sinusites guérissent sans antibiotique quand le rhume ou le problème dentaire est éliminé.

Source : Open Rome

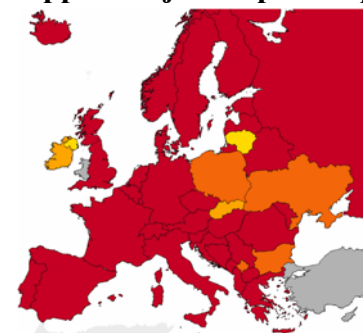
### Météo antibio

#### Risques

- Grippe très élevé
- Bronchiolite en baisse
- Inf respiratoire élevé
- Gastro-entérite modéré
- Allergie pollens faible

Sources : RNSA, Santé Publique France, Renal

### Grippe : toujours épidémique



- No activity
- Sporadic
- Local
- Regional
- Widespread
- No data

Deux sortes de virus grippaux s'entrecroisent en Europe, sur un mode épidémique.

Sources : OMS Europe, ECDC, Santé publique France.