

# Feuille de suivi

## Soulagement des symptômes associés aux infections des voies respiratoires

Date    Prénom  Nom

**J'AI (ou mon enfant a) UNE :**

otite                       pneumonie                       pharyngite-amygdalite

bronchite                       sinusite                       autre infection : \_\_\_\_\_

**LES ANTIBIOTIQUES NE SONT PAS NÉCESSAIRES...**

... car cette infection est probablement causée par :

un **virus** contre lequel les antibiotiques n'ont **aucun effet**;





une **bactérie** contre laquelle les antibiotiques ne sont **pas suffisamment efficaces**;

d'**autres facteurs** non-infectieux contre lesquels les antibiotiques n'ont **aucun effet**.

**POUR COMBATTRE L'INFECTION NATURELLEMENT :**

reposez-vous et hydratez-vous bien, tout en mangeant sainement.

### POUR SOULAGER VOS SYMPTÔMES

 <b>Fièvre et douleurs</b>	 <b>Congestion nasale</b>	 <b>Toux</b>	 <b>Maux de gorge</b>
<input type="checkbox"/> Prenez de l'acétaminophène. <input type="checkbox"/> Prenez de l'ibuprofène. <input type="checkbox"/> Consultez, au besoin, le pharmacien pour obtenir de l'information sur la posologie.	<input type="checkbox"/> Rincez ou vaporisez vos voies nasales avec de l'eau saline _____ fois par jour. <input type="checkbox"/> Utilisez un vaporisateur nasal décongestionnant 1 fois au coucher pendant _____ jours.	<input type="checkbox"/> Consultez, au besoin, le pharmacien pour guider votre choix de sirop. <input type="checkbox"/> Prenez la médication prescrite par votre médecin selon la posologie.	<input type="checkbox"/> Consultez, au besoin, le pharmacien pour guider votre choix de traitement. <input type="checkbox"/> Prenez la médication prescrite par votre médecin selon la posologie.

Autre : \_\_\_\_\_

**CONSULTEZ À NOUVEAU UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ :**

- si les symptômes persistent après \_\_\_\_\_ jours;
- si la fièvre dure plus de \_\_\_\_\_ heures;
- si les symptômes s'aggravent ou de nouveaux apparaissent.
- Autre raison : \_\_\_\_\_

Info-Santé 811 est une ressource qui vous permet de discuter de vos symptômes en tout temps!

Signature du professionnel de la santé : \_\_\_\_\_

## INFORMATION UTILE

### POURQUOI AI-JE DES SYMPTÔMES ?

Les symptômes ressentis lors d'une infection respiratoire indiquent que les défenses naturelles de votre corps sont en action.

### AVANT L'ACHAT D'UN MÉDICAMENT EN VENTE LIBRE

**Il est souvent préférable de consulter un pharmacien :**

- pour vous assurer que le choix du traitement est le bon et qu'il n'est pas contre-indiqué (interaction médicamenteuse, grossesse, etc.);
- pour discuter du mode d'emploi, des précautions et des effets indésirables potentiels.

**Il est très important de respecter les consignes concernant la prise d'un médicament.**

### RÉSISTANCE AUX ANTIBIOTIQUES

Un usage abusif ou inapproprié des antibiotiques (p. ex. le non-respect de la posologie ou de la durée du traitement) pourrait augmenter la résistance des bactéries à ces mêmes antibiotiques, ce qu'on appelle l'antibiorésistance. Une augmentation de l'antibiorésistance risquerait à son tour de réduire l'efficacité des antibiotiques la prochaine fois que vous en aurez vraiment besoin.

**Il est très important de respecter les consignes concernant la prise d'un antibiotique pendant toute la durée du traitement.**

### EFFETS INDÉSIRABLES FRÉQUENTS DES ANTIBIOTIQUES

- Diarrhée
- Nausée
- Vomissement
- Douleurs abdominales
- Éruption cutanée



En vous lavant régulièrement les mains et en demeurant à la maison, vous diminuez le risque de contaminer votre entourage.