

RECOMMANDATIONS POUR LE TRAITEMENT DE VOTRE INFECTION

Informations sur l'établissement de santé

Nom : _____

Adresse : _____

Nom du médecin : _____

Informations sur l'utilisateur

Nom _____

Date de naissance : _____

Date d'aujourd'hui : _____

Votre diagnostic provisoire :

- Infection virale des voies respiratoires supérieures (rhume)
- Pharyngite virale (mal de gorge)
- Bronchite virale (toux)
- Otite moyenne (mal d'oreille)
- Sinusite virale (congestion nasale)
- Autre : _____

Vos symptômes indiquent que vous êtes probablement atteint d'une infection causée par un virus. Vous n'avez donc pas besoin d'antibiotiques pour l'instant puisque ce type de traitement ne guérit pas les maladies causées par des virus. Votre infection devrait commencer à s'améliorer d'ici quelques jours.

Si vous respectez les conseils qui suivent, vous devriez commencer à vous sentir mieux et vous éviterez de transmettre le virus à d'autres.

Conseils à suivre :

- Hydratez-vous bien et mangez sainement.
- Reposez-vous autant que possible.
- Lavez-vous les mains souvent.
- Toussez dans le pli de votre coude.
- Évitez de fréquenter ou de visiter des personnes ayant une santé fragile jusqu'à votre guérison.

Vous pouvez vous procurer ces médicaments en vente libre¹ :

- Acétaminophène (Par exemple : *Tylenol*^{MD}): et/ou ibuprofène (Par exemple : *Advil*^{MD}) si vous avez de la fièvre ou de la douleur.
- Produit pour se faire une toilette nasale 4 à 6 fois par jour avec de l'eau saline maison ou du commerce (Par exemple : *Sinus Rinse*^{MD}, *Hydrasense*^{MD}).
- Médicaments contre la toux du commerce (sauf pour les enfants) ou 1 c. à thé de miel dans de l'eau chaude (sauf pour les enfants de moins de 1 an).

Consultez un médecin si :

- Il n'y a aucune amélioration des symptômes d'ici _____ jours.
- Une forte fièvre se déclare suite à votre visite médicale².
- Les symptômes changent ou s'aggravent
- Autre : _____

Signature : _____

N° de pratique : _____

¹ Ne donnez pas de médicament en vente libre aux enfants de moins de 6 ans sans d'abord consulter votre médecin. Consultez votre pharmacien pour obtenir des conseils sur des remèdes précis et suivez toujours les directives imprimées sur l'emballage. On ne devrait jamais donner de l'AAS (Aspirine ou acide acétylsalicylique) aux enfants.

Document tiré et adapté du site manitobain www.francais.dobugsneeddrugs.org

² Pour les valeurs de fièvre chez l'enfant, vous pouvez consulter: <http://www.urgencehsj.ca/wp-content/uploads/Fi%C3%A8vre.pdf>

Pour la fièvre chez l'adulte, vous pouvez consulter : <http://www.publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2015/15-294-05F.pdf>