

Choisir avec soin est la version francophone de la campagne nationale *Choosing Wisely Canada*. Cette campagne vise à encourager un dialogue entre le médecin et son patient afin de choisir les examens et les traitements les plus appropriés pour assurer des soins de qualité. La campagne *Choisir avec soin* reçoit le soutien de l'Association médicale du Québec, et les recommandations ci-dessous ont été établies par les associations nationales de médecins spécialistes.

Pour en savoir davantage et pour consulter tous les documents à l'intention des patients, visitez www.choisiravecsoin.org. Participez au dialogue sur Twitter @ChoisirAvecSoin.

La prévention des infections à l'hôpital

Deux pratiques à surveiller

Que vous ou l'un de vos proches soyez à l'hôpital, il y a deux pratiques médicales courantes que vous devriez surveiller.

Il s'agit de la surutilisation de sondes urinaires et de la prescription abusive de médicaments contre les ulcères. Ces pratiques accroissent le risque d'infection. Voici pourquoi :

Risques associés aux sondes urinaires.

Les sondes (ou cathéters) urinaires sont des tubes qui permettent d'évacuer l'urine. On les met en place habituellement après une opération ou pour calculer la quantité d'urine que vous produisez.

Souvent, l'usage d'une sonde n'est pas nécessaire. On s'en sert surtout pour faciliter la tâche du personnel. Dans bien des cas, la sonde reste en place trop longtemps.

Plus une sonde urinaire reste en place longtemps, plus les bactéries peuvent se multiplier, ce qui peut causer une infection urinaire. Les infections urinaires sont les infections les plus fréquentes (3,4 %) chez



les personnes hospitalisées au Canada. Elles peuvent prolonger la durée du séjour à l'hôpital et nécessiter la prise d'antibiotiques. Parfois, il peut arriver que ces infections contaminent le sang et même qu'elles causent la mort.

Risques associés à la prise de médicaments contre les ulcères.

Beaucoup de patients hospitalisés reçoivent des médicaments qui aident à prévenir les ulcères et les saignements gastro-intestinaux. Si quelqu'un a déjà eu ce genre de problème, de tels médicaments peuvent être utiles. Ils peuvent aussi aider les patients qui sont aux soins intensifs, surtout s'ils sont sous respirateur.

Ces deux médicaments sont :

- les inhibiteurs de la pompe à protons, comme l'oméprazole (Losec) et le pantoprazole (Tecta);
- les régulateurs de l'acidité (antagonistes des récepteurs H2 de l'histamine, ou anti-H2), comme la ranitidine (Zantac) et la famotidine (Pepcid).

Toutefois, trop de patients (près de trois sur quatre) reçoivent ces médicaments. Plusieurs personnes retournent à la maison avec des ordonnances inutiles pour ces médicaments et continuent parfois à les prendre pendant des semaines ou même des mois.

Ces médicaments détruisent de « bonnes » bactéries dans l'intestin. Les gens qui prennent ces médicaments risquent deux fois plus d'être atteints par une infection dangereuse causée par un organisme appelé Clostridium difficile (mieux connue sous le nom de C. difficile). Cette infection provoque de la diarrhée et elle résiste à beaucoup d'antibiotiques. Les gens qui prennent des médicaments contre les ulcères sont aussi plus susceptibles de souffrir de pneumonie.

Demandez des options plus sécuritaires.

Si l'usage d'une sonde urinaire est nécessaire, chaque jour où vous ou vos proches êtes à l'hôpital, demandez aux infirmières et aux médecins si elle doit rester en place. Le risque d'infection augmente beaucoup si une sonde reste en place pendant plus de deux jours. Il y a d'autres façons de mesurer l'urine et on peut utiliser des culottes de protection pour adultes en cas de problème de contrôle de la vessie. Pour les hommes, il existe une « sonde condom » externe, qui se place par-dessus le pénis. Il s'agit d'une bonne alternative.

Si vous ou vos proches avez commencé à prendre des antiacides (médicaments qui suppriment l'acidité), cherchez à savoir s'il y a un risque élevé d'ulcère de stress.

Autres façons d'être en sécurité à l'hôpital

Renseignez-vous sur votre hôpital. Chaque année, deux cent mille Canadiens contractent une infection à l'hôpital.

Demandez de l'aide. Demandez à un ami ou à un membre de votre famille de passer beaucoup de temps avec vous à l'hôpital. Ils peuvent vous aider à poser vos questions, à noter les réponses et peuvent garder l'œil ouvert.



Insistez sur le lavage des mains. C'est probablement la mesure la plus importante que le personnel du centre hospitalier peut appliquer pour prévenir les infections. Selon des études, beaucoup de médecins et d'infirmières négligent le lavage des mains. Si vous n'avez pas vu le personnel se laver les mains avec de l'eau et du savon ou utiliser un désinfectant pour les mains, demandez-leur de le faire. Les visiteurs devraient aussi prendre cette précaution.

Demandez si vous devez être rasé avant l'opération. Les infections peuvent commencer là où il y a de petites coupures.

Exprimez-vous. Si vous ne comprenez pas la raison pour laquelle une chose se passe, pour vous ou votre être cher, posez des questions. Si vous ne vous sentez pas à l'aise ou si quelque chose ne semble pas aller, exprimez-vous. Quand il s'agit des soins hospitaliers, il n'y a pas de mauvaises questions.