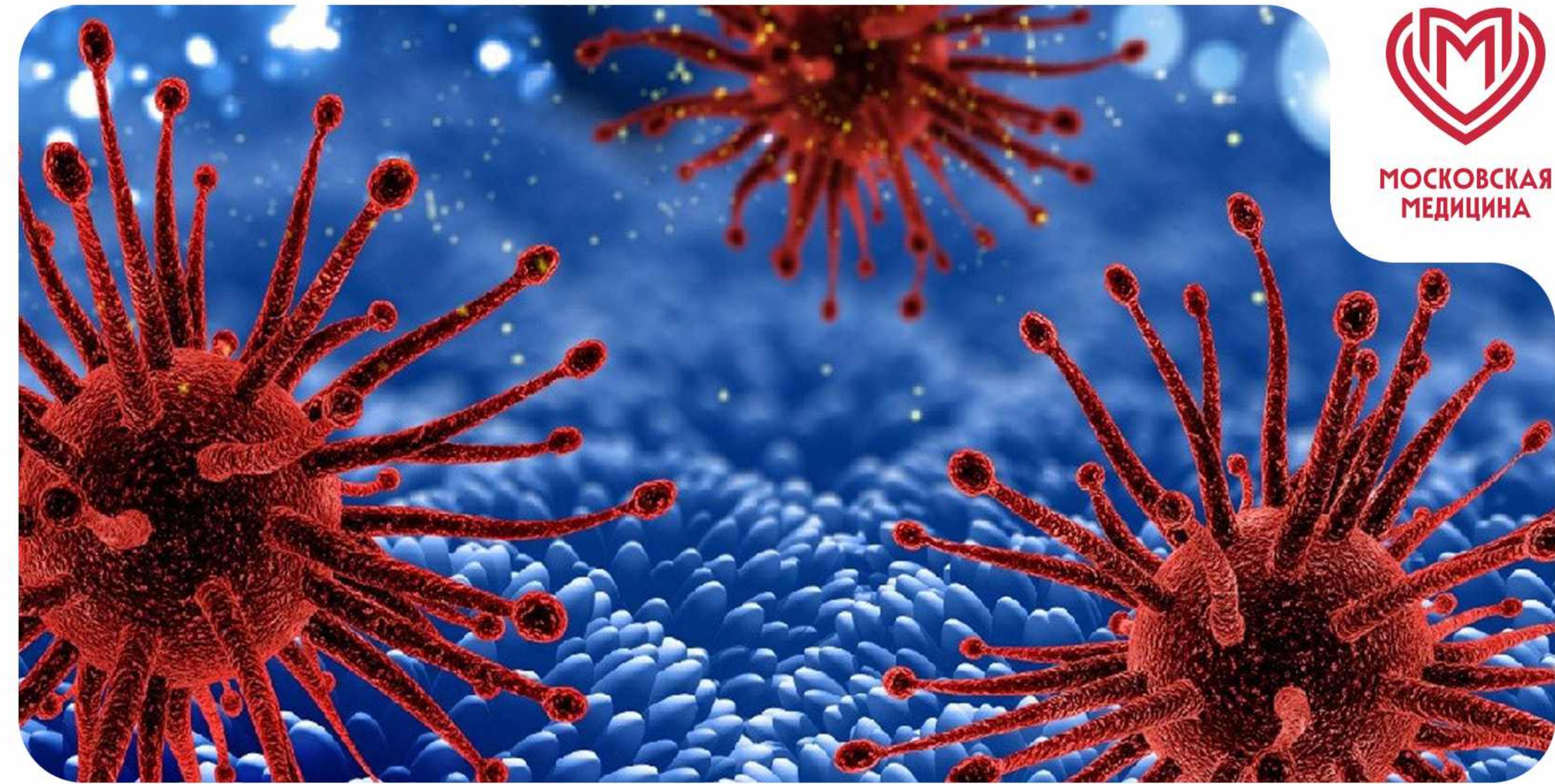


Антибиотическая резистентность: что нужно знать пациентам

Что это такое?

Антибиотическая резистентность возникает, когда микроорганизмы (бактерии, вирусы, грибы и паразиты) изменяются и становятся устойчивыми к лекарствам, которые раньше эффективно их лечили.

Стандартные методы лечения становятся неэффективными, инфекции сохраняются и могут распространяться на других людей.



Почему это важно?

Более тяжёлые болезни:
устойчивые инфекции труднее и дольше лечить

!

Повышенный риск:
лечение может потребовать более дорогих и токсичных препаратов

!

Угроза близким:
устойчивые бактерии могут передаваться окружающим

!

Будущие риски:
обычные медицинские процедуры могут стать более опасными

!

Основные причины развития резистентности



Неправильное использование антибиотиков

- Приём антибиотиков при вирусных инфекциях (простуда, грипп)
- Прекращение лечения раньше назначенного срока
- Изменение дозировки без консультации с врачом



Чрезмерное употребление

- Частое и необоснованное назначение антибиотиков
- Использование антибиотиков «на всякий случай»



Как вы можете помочь в борьбе с резистентностью?



Что делать:

- Принимайте антибиотики только по назначению врача
- Не используйте остатки от предыдущих курсов
- Не делитесь ими с другими людьми
- Завершайте полный курс лечения, даже если чувствуете себя лучше
- Соблюдайте точное время приёма и дозировку
- Предотвращайте инфекции
 - Регулярно мойте руки
 - Делайте прививки согласно календарю
 - Ведите здоровый образ жизни

Чего не делать:

- Не требуйте антибиотики при простуде или гриппе
- Не покупайте антибиотики без рецепта
- Не изменяйте дозировку самостоятельно

Когда антибиотики НЕ помогают?

Антибиотики эффективны только против бактерий.



Они не работают при заболеваниях, вызванными вирусами:

- Простуде, насморке и кашле (в большинстве случаев)
- Гриппе, большинстве болей в горле

Как лечить простуду и грипп без антибиотиков?

- Отдыхайте и пейте много жидкости
- Используйте парацетамол, ибупрофен для снижения температуры и боли
- Полоските горло солёной водой
- Увлажняйте воздух в помещении
- Обратитесь к врачу, если симптомы ухудшаются или делятся более 2-3 недель

Антибиотики – это ценный ресурс. Используя их ответственно сегодня, вы помогаете сохранить их эффективность для себя и будущих поколений.



Немедленно обратитесь к врачу при:

- Температуре выше 38,5°C более 3-х дней
- Затруднённом дыхании или боли в груди
- Сильной головной боли с ригидностью затылочных мышц
- Постоянной рвоте
- Ухудшении состояния после первоначального улучшения



Ваш вклад имеет значение!

Следуя этим простым правилам, вы становитесь частью глобальных усилий по борьбе с антимикробной резистентностью