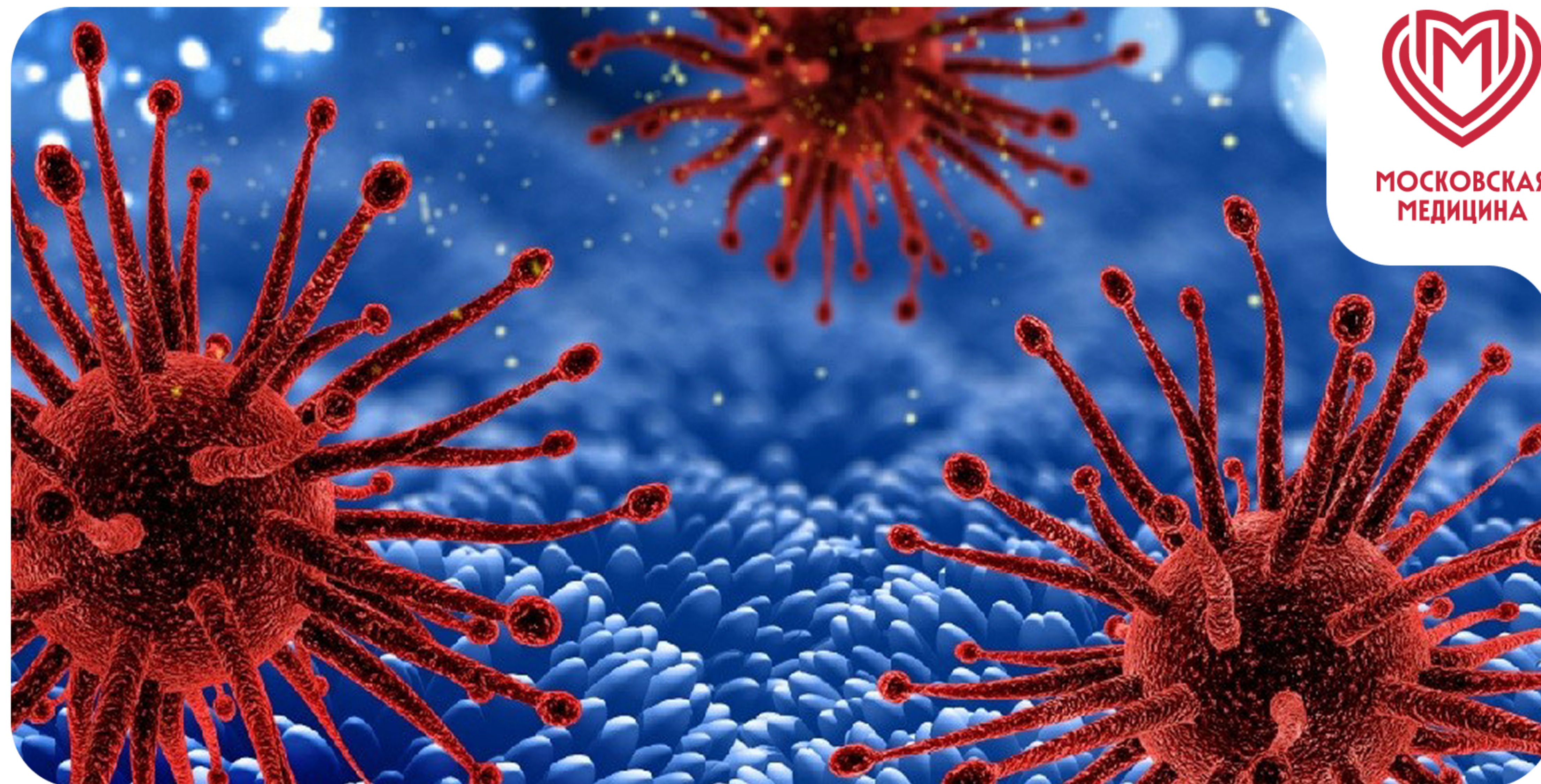


Антимикробная резистентность: что нужно знать пациентам



Что это такое?

Антимикробная резистентность возникает, когда микроорганизмы (бактерии, вирусы, грибки 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
- **Полощите** горло солёной водой
- **Увлажняйте** воздух в помещении
- **Обратитесь к врачу**, если симптомы ухудшаются или длятся 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



СТОП самолечению антибиотиками!

Что такое самолечение антибиотиками?

Это их приём без назначения врача:

- Использование остатков или чужих антибиотиков
- Покупка без рецепта и/или по совету знакомых



**Это
опасно!**



МОСКОВСКАЯ
МЕДИЦИНА



Немедленные риски для здоровья

Маскировка симптомов

1

- Антибиотики могут временно улучшить самочувствие, не устраняя причину
- Болезнь может прогрессировать бессимптомно, затрудняется диагностика



Неправильная дозировка

2

- Маленькая доза не убьёт все бактерии, а большая может вызвать отравление
- Неправильная длительность приёма снижает эффективность



Побочные эффекты

3

- Аллергические реакции (от сыпи до анафилактического шока)
- Нарушение работы печени и почек, расстройства ЖКТ
- Дисбактериоз



Долгосрочные последствия:

!

- Развитие бактерий, устойчивых к множеству препаратов
- Потребуется длительное лечение более сильными препаратами

Антибиотики не помогают при вирусных инфекциях!



- Простуда, насморк, грипп
- Большинство болей в горле, случаев кашля и бронхита
- Многие ушные инфекции, синуситы



Признаки вирусной инфекции:

- Постепенное начало заболевания
- Температура до 38°C, недомогание, усталость
- Насморк с прозрачными выделениями, сухой кашель



Как правильно лечить простуду и грипп?

- Отдых и сон, обильное питьё
- Парацетамол или ибупрофен — для снижения температуры и боли
- Полоскание горла солёной водой или антисептиками



Антибиотики нужны только при бактериальной инфекции:

Её признаки:

- Температура выше 38,5°C более 3-х дней
- Гнойные выделения (жёлто-зелёная мокрота, гной из раны)
- Сильная боль в горле с налётом на миндалинах
- Боль в ухе с гнойными выделениями
- Симптомы ухудшаются после начального улучшения



Серьёзные инфекции, требующие немедленного лечения:

- Пневмония
- Раневые инфекции
- Острый синусит с осложнениями
- Сепсис
- Инфекции мочевыводящих путей



Правильный приём антибиотиков:

Только по назначению врача

1

Точно соблюдайте дозировку, длительность и время приема

2

Пройдите полный курс, даже если самочувствие улучшилось

3

Запивайте водой, если не указано иное

4

Не сочетайте антибиотики с алкоголем



Возможные побочные эффекты:

- В сухом, прохладном месте, недоступном ребёнку
- Вдали от прямых солнечных лучей
- Соблюдайте срок годности

Не выбрасывайте неиспользованные антибиотики в мусор

- Сдайте их в аптеку для правильной утилизации



Немедленно обратитесь к врачу при:

- Температуре выше 39°C
- Затруднённом дыхании
- Сильной боли в груди
- Рвоте, которая не позволяет принимать жидкость
- Признаках обезвоживания
- Ухудшении состояния после нескольких дней



Особые группы риска

- Не давайте детям антибиотики без назначения педиатра
- Беременным противопоказаны многие антибиотики
- У пожилых людей повышается риск побочных эффектов

Мифы о самолечении антибиотиками



✗ Миф

- Антибиотики ускорят выздоровление от простуды
- Можно прекратить приём, когда станет лучше
- Антибиотики безопасны, раз продаются в аптеке
- Один антибиотик подходит для всех инфекций

✓ Факт

- Антибиотики не действуют на вирусы, вызывающие простуду
- Невылеченная инфекция может вернуться и стать устойчивой
- Все антибиотики имеют побочные эффекты и противопоказания
- Разные бактерии требуют разных антибиотиков



Сохраните эффективность антибиотиков для будущих поколений — используйте их только по назначению врача!

