



Varna raba antibiotikov

MANJ JE BOLJE

Kaj so antibiotiki?

Antibiotiki so zdravila, ki jih uporabljamo za zdravljenje bakterijskih okužb.

Delujejo tako, da zavrejo rast bakterij ali jih uničijo.

Z antibiotiki ne zdravite virusnih okužb, gripe in prehlada.

Pri gripi, prehladu in kašlju zadostujeta počitek in pitje zadostne količine tekočine.

Za zdravljenje simptomov, kot so boleče žrelo, boleče mišice, vročina, zamašen nos, uporabite analgetike, antipiretike ali lokalne antiseptike, ki jih lahko kupite v lekarni. **Če pa težave ne izginejo, se naročite za pregled pri svojem osebnem zdravniku, ki bo ocenil, ali morda potrebujete antibiotično zdravljenje.**

Kdaj jemljemo antibiotike?

Ko nam jih na podlagi pregleda predpiše zdravnik.

Nikoli se na lastno pest ne zdravite z antibiotikom, ki vam je ostal še od prejšnjega zdravljenja, ali z antibiotiki, ki so ostali sorodnikom, znancem ali prijateljem.

Kako jemljemo antibiotike?

Upoštevajte zdravnikova navodila.

Antibiotiki so učinkoviti le, če je njihova koncentracija v krvi in tkivih dovolj visoka, zato jih je treba jemati bodisi na 8, 12 ali 24 ur.

Čas jemanja in upoštevanje navodil glede uživanja hrane vplivata na izkoristek in učinkovitost zdravila. "Na prazen želodec" pomeni 1 uro pred jedjo ali 2 uri po jedi. "Jemanje zdravila s hrano" pomeni neposredno pred ali po jedi oz. med jedjo.

Antibiotike zaužijte z vodo ali čajem. Ne jemljite jih z mlekom, ker se nekateri vežejo na sestavine mleka in jih telo ne more v celoti izkoristiti.



Ko jemljete antibiotike, **se izogibajte alkoholu.**

Ne prekinite z jemanjem antibiotikov, čeprav se že po nekaj odmerkih počutite bolje. Trajanje zdravljenja določi zdravnik, saj pri nekaterih okužbah zadošča enkratni odmerek zdravila, pri drugih pa je potrebno npr. 10-dnevno zdravljenje.

Prehitra prekinitev zdravljenja vodi v odpornost bakterij in slabši uspeh zdravljenja.

Jemanje antibiotikov v nosečnosti in med dojenjem

Noseče ali doječe ženske pred začetkom zdravljenja na to opozorite zdravnika.

Številne antibiotike lahko zdravnik predpiše tudi v času nosečnosti ali dojenja. Nekaterih antibiotikov pa zaradi velikega tveganja za nerojenega otroka ženske med nosečnostjo ne smejo jemati.

Antibiotiki in otroci

Kot pri odraslih je tudi pri otrocih potrebno dosledno upoštevanje zdravnikovih navodil o pravilnem jemanju antibiotika v predpisanih časovnih intervalih in o obdobju zdravljenja.



Če otrok po jemanju antibiotika bruha oziroma ima drisko, gre lahko za slabše prenašanje zdravila oziroma zdravilu dodanih primesi, kot so barvila in dodatki za okus. Pogosto težave popustijo ali celo izzvenijo, če zdravnik predpiše antibiotik v drugačni obliki, npr. zamenja sirup za tablete oz. kapsule.

Ali ima jemanje antibiotikov stranske učinke?

Najpogostejši stranski učinek pri jemanju antibiotikov so prebavne motnje, kot sta slabost in driska.

Nekateri antibiotiki, npr. tetraciklini, lahko povzročijo kožne izpuščaje, če se bolnik med jemanjem antibiotika izpostavlja sončnim žarkom.

Antibiotiki lahko porušijo ravnovesje naravne mikrobiološke flore, kar lahko povzroči glivične okužbe, kot sta vnetje nožnice ali soor v ustih.

Sočasno jemanje drugih zdravil lahko zmanjša učinkovitost antibiotika ali drugega zdravila.

V primeru sočasnega jemanja antibiotika in kontracepcijskih tablet je lahko učinkovitost kontracepcije zmanjšana.

Kaj pomeni odpornost na antibiotike?

Odpornost na antibiotike pomeni, da antibiotik ne more zaustaviti rasti bakterij ali jih uničiti.

Odporne bakterije ne prizadenejo le bolnika, pri katerem so se razvile, ampak se širijo v okolico, običajno s stiki z ljudmi, ki imajo odporne bakterije na svoji koži in sluznicah.

Odpornost bakterij na antibiotike danes že predstavlja resen problem, ki ogroža javno zdravje. Odporne bakterije se lahko širijo znotraj skupnosti, ob okužbi z njimi pa je običajno antibiotično zdravljenje neučinkovito.



Kako zmanjšati pojav odpornosti na antibiotike?

Najpomembnejši vzrok za nastanek bakterijske odpornosti na antibiotike je prekomerna in neustrezna uporaba antibiotikov.

Skupaj lahko ukrepamo.

Zdravniki lahko z racionalnim (strokovnim) predpisovanjem antibiotikov in z upoštevanjem higienskih ukrepov, ki preprečujejo širjenje odpornih bakterij, pomembno prispevajo k zmanjšanju bakterijske odpornosti.



Bolniki prispevate k zmanjšanju odpornosti na antibiotike tako, da predpisane antibiotike jemljete po navodilu zdravnika in toliko časa, kot vam je priporočil zdravnik. Nikoli ne jemljite antibiotika, ki ni bil predpisan za vas.

Jemanje antibiotika po nepotrebnem povečuje odpornost bakterij in s tem neučinkovitost antibiotikov, ko jih resnično potrebujete.

Zdravstveni dom Ljubljana in Zveza potrošnikov Slovenije, november 2016



Ustanoviteljica
Mestna občina
Ljubljana



Naložba v višjo prihodnost
ČRŠKOKO DEJNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad