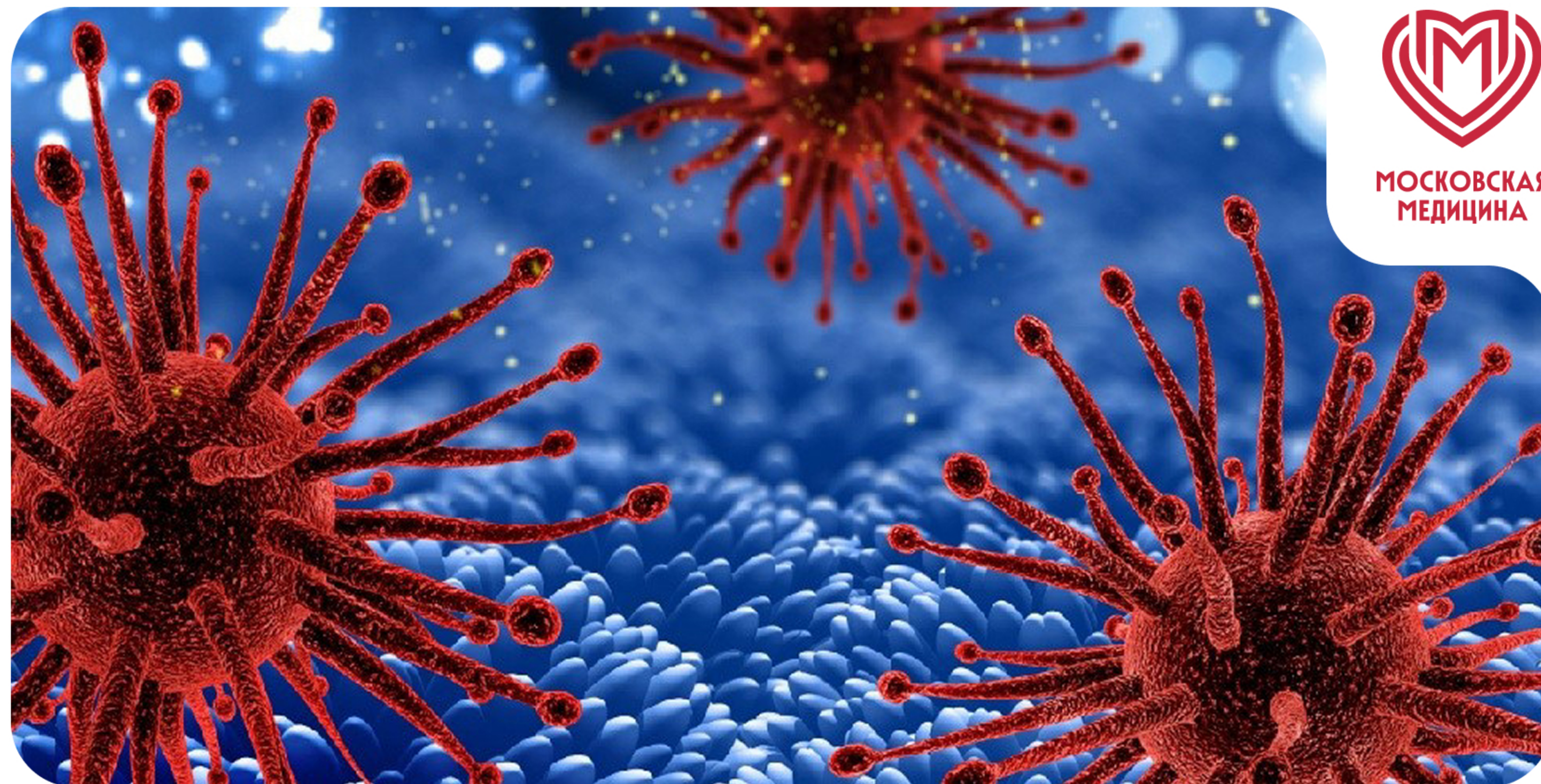


Антимикробная резистентность: что нужно знать пациентам



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

