



مصرف منطقی آنتی بیوتیک ها و جلوگیری از مقاومت آنتی بیوتیکی

آنتی بیوتیک ها داروهای قدرتمندی هستند که با عفونت های باکتریایی مبارزه میکنند. با استفاده صحیح از آنتی بیوتیک ها می توانید جان خود را نجات دهید. آنها یا باکتری را می کشند یا از تکثیر آنها جلوگیری می کنند. سیستم دفاعی بدن شما معمولاً می تواند جلوی رشد آنها را بگیرد. آنتی بیوتیک ها در درمان عفونت های ناشی از ویروس ها مانند سرماخوردگی و آنفولانزا، بیشتر سرفه ها و برونشیت و گلودرد (مگر اینکه ناشی از استرپتوکوک باشد) تاثیری ندارند.

اگر ویروس شما را بیمار کند مصرف آنتی بیوتیک ممکن است ضرر بیشتری برای بیمار داشته باشد. بعضی اوقات آنتی بیوتیک ها نادرست استفاده می شوند. استفاده از آنتی بیوتیک ها در هنگام عدم نیاز به آنها یا عدم استفاده صحیح از آنها می تواند به مقاومت آنتی بیوتیکی منجر شود. مقاومت آنتی بیوتیکی یک مشکل شایع است و هنگامی رخ می دهد که ساختار باکتری ها تغییر می کند. این امر باعث می شود که دارو برای مقابله با باکتری تاثیر خود را از دست بدهد. این اتفاق زمانی می افتد که باکتری ها به طور مکرر در معرض همان دارو قرار بگیرند.

این موضوع ممکن است زمانی اتفاق بیفتد که باکتری در بدن شما باقی مانده است. این باکتری های باقی مانده تکثیر می شوند و قوی تر می شوند. روزی ممکن است به یک بیماری عفونی مبتلا شوید که با آنتی بیوتیک قابل درمان نیست و یا ممکن است مجبور شوید داروهای مختلفی مثل آنتی بیوتیک های تزریقی را استفاده کرده و یا در بیمارستان بستری شوید. اعضای خانواده و افراد دیگری که با آنها در تماس هستید نیز در معرض عفونت شما قرار می گیرند. این افراد هم ممکن است دچار عفونتهایی شوند که درمان آن دشوار است. ما استفاده نادرست از آنتی بیوتیک ها را خطری برای سلامت شخصی و عمومی می دانیم. بسیاری از عفونت ها در اثر ویروس ایجاد می شوند و آنتی بیوتیک ها نمی توانند ویروس ها را درمان کنند. هنگامی که با تجویز پزشک آنتی بیوتیک مصرف می کنید دستور مصرف آنها را با دقت رعایت کنید. مهم است که دوره مصرف دارو را تمام کنید، حتی اگر احساس بهبودی داشته باشید.

اگر درمان را زودتر از موعد مقرر متوقف کنید، ممکن است برخی از باکتریها زنده بمانند و دوباره شما را آلوده کنند. از نگهداری آنتی بیوتیک ها در منزل و یا توصیه به استفاده از آنتی بیوتیک تجویز شده برای دیگران خودداری کنید.

سوالاتی که باید از پزشک خود پرسید:

آیا بیماری من ناشی از باکتری است یا ویروس؟

آیا واکسیناسیون های خاص می تواند من یا فرزندم را از برخی عفونت های باکتریایی محافظت کند؟

آیا حساسیت به آنتی بیوتیک علامت مقاومت به آنتی بیوتیک است؟

آیا پزشک من می تواند در صورت درخواست یک آنتی بیوتیک، از دادن آنتی بیوتیک خودداری کند؟

از پزشک خود بخواهید در زمان عفونت ویروسی آنتی بیوتیک تجویز نکند و سوال کنید چه کاری می توانید انجام دهید تا زودتر بهبود یافته و علائم خود را درمان کنید.

دست خود را قبل از غذا و پس از خروج از توالت و زمان های دیگری که احساس می کنید ممکن است آلوده باشند با آب و صابون بشویید. این باعث سلامتی شما شده و نیاز به آنتی بیوتیکها را کاهش میدهد. آنتی بیوتیک ها داروهایی هستند که توسط پزشک تجویز می شوند آنها عفونت های باکتریایی را درمان می کنند از آنتی بیوتیکها زیاد استفاده نکنید چون منجر به مقاومت آنتی بیوتیکی می شود و باعث می شود باکتری ها قوی تر شده و داروها قادر به از بین بردن آنها نباشند.

خبرنامه دارویی



آنتی بیوتیک چیست ؟

آنتی بیوتیک‌ها داروهایی هستند که با از بین بردن باکتری‌ها در انسان و حیوانات از رشد و تکثیر آنها جلوگیری می‌کنند. باکتری‌ها نوعی میکروب هستند. آنها در محیط و در سراسر بدن و بیرون بدن ما زندگی می‌کنند. بیشتر باکتری‌ها برای افراد بی‌ضرر و حتی مفید هستند اما برخی از آنها می‌توانند باعث عفونت‌هایی مثل عفونت گلو شوند. آنتی بیوتیک‌ها ممکن است برای درمان برخی از باکتری‌ها که باعث بیماری‌های عفونی می‌شوند لازم باشند. ویروس‌ها میکروبهایی متفاوت از باکتری‌ها هستند. آنها باعث عفونت‌هایی مانند سرماخوردگی و آنفولانزا می‌شوند با این حال آنتی بیوتیک‌ها عفونت‌های ناشی از ویروس‌ها را درمان نمی‌کنند. آنتی بیوتیک‌ها همچنین برای درمان برخی از عفونت‌های باکتری‌های رایج لازم نیست، از جمله بسیاری از عفونت‌های سینوسی و برخی از عفونت‌های گوش. در صورتی که به درمان آنتی بیوتیکی نیاز نداشته باشید نه تنها مصرف آنها کمکی به شما نمی‌کند بلکه عوارض جانبی آنها می‌تواند باعث ایجاد صدمه شود. دلیل این امر این است که این بیماری‌ها به خودی خود و بدون مصرف آنتی بیوتیک بهتر می‌شوند.

عوارض آنتی بیوتیک‌ها چیست ؟

هر بار که یک آنتی بیوتیک استفاده می‌شود می‌تواند عوارض جانبی ایجاد کند. عوارض جانبی شایع، مشکلات بهداشتی جزئی تا بسیار شدید است و می‌تواند شامل موارد زیر باشد :

راش پوستی، حالت تهوع، اسهال، عفونت‌های گوارشی مثل انتروکولیت با غشای کاذب (که عوارض جانبی آن باعث آسیب شدید روده بزرگ، اسهال و مرگ می‌شود)، واکنش‌های آلرژیک شدید و تهدید کننده زندگی و عفونت‌های مقاوم به آنتی بیوتیک. در صورت بروز عوارض جانبی هنگام مصرف آنتی بیوتیک با پزشک خود تماس بگیرید.

آنتی بیوتیک‌ها برای درمان عفونت‌ها مهم هستند و جان‌های بیشماری را نجات می‌دهند. در صورت نیاز به آنتی بیوتیک‌ها فواید آن معمولاً از خطرات و عوارض جانبی یا مقاومت آنتی بیوتیک بیشتر است. با این حال بسیاری از آنتی بیوتیک‌ها به طور غیر ضروری و اشتباه تجویز و استفاده می‌شوند. به همین دلیل مهم است که همه ما فقط در موقع نیاز به آنتی بیوتیک از آنها استفاده کنیم تا از عوارض ناشی از مصرف بی‌رویه آنتی بیوتیک‌ها و ایجاد مقاومت آنتی بیوتیکی جلوگیری کنیم.

باکتری‌ها و ویروس‌ها چیستند ؟

باکتری‌ها موجودات تک سلولی هستند که در سراسر بدن و خارج بدن ما یافت می‌شود. همه ی باکتری‌ها مضر نیستند و در حقیقت برخی از آنها مفید هستند. از جمله اکثر باکتری‌هایی که در روده ما زندگی می‌کنند. با این حال باکتری‌های ایجاد کننده بیماری می‌تواند باعث بیماری‌هایی مثل گلودرد استرپتوکوکی شوند. از طرف دیگر ویروس‌ها میکروب‌هایی هستند که حتی از باکتری‌ها کوچکتر هستند و نمی‌توانند در خارج از سلول‌های بدن زنده بمانند. آنها با حمله به سلول‌های سالم باعث بیماری می‌شوند.

خبرنامه دارویی



آنتی بیوتیک چیست ؟

آنتی بیوتیک ها که به عنوان داروهای ضد میکروبی نیز شناخته می شوند داروهایی هستند که در مقابل عفونت های ناشی از باکتری ها در انسان و حیوانات مبارزه می کنند. آنتی بیوتیک ها با از بین بردن باکتری ها یا با جلوگیری از رشد و تکثیر باکتری ها با آنها مقابله می کنند. آنتی بیوتیکها فقط عفونت های باکتریایی خاص را درمان می کنند. آنتی بیوتیک ها هیچ تأثیری روی ویروسها ندارند. عفونت های ویروسی نباید با آنتی بیوتیک درمان شود. عفونت های شایع ناشی از ویروس ها عبارتند از سرماخوردگی، آنفولانزا و بیشتر گلودرد ها.

مقاومت آنتی بیوتیکی چیست ؟

مقاومت آنتی بیوتیکی هنگامی رخ می دهد که تاثیر آنتی بیوتیک ها بر روی باکتری ها از بین میرود و نمی توانند با آنها مبارزه کنند و باکتری ها تکثیر می شوند. باید به مقاومت آنتی بیوتیکی اهمیت داد. مقاومت آنتی بیوتیکی یکی از مهمترین تهدیدات برای سلامت عمومی است. باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک می توانند باعث بیماری هایی شوند که به راحتی قابل درمان نبوده و منجر به عفونت های خطرناک می شوند. از بین بردن باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک دشوار و درمان آنها گران تر است. در بعضی موارد عفونت های مقاوم به آنتی بیوتیک می توانند منجر به ناتوانی جدی یا حتی مرگ شوند.

چرا باکتری ها در برابر آنتی بیوتیک ها مقاوم میشوند ؟

استفاده بیش از حد و سوء استفاده از آنتی بیوتیک ها باعث ایجاد باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک می شود. هر بار که فرد آنتی بیوتیک مصرف می کند باکتری های حساس کشته می شوند، اما باکتریهای مقاوم در برابر رشد و تکثیر باقی می ماند. استفاده مکرر از آنتی بیوتیک ها می تواند تعداد باکتری های مقاوم در برابر دارو را افزایش دهد. استفاده هوشمندانه از آنتی بیوتیک ها برای کنترل گسترش مقاومت مهم است.

چگونه باکتری ها در برابر آنتی بیوتیک ها مقاوم می شوند ؟

باکتری ها از راه های مختلف می توانند در برابر آنتی بیوتیک ها مقاوم شوند. برخی از باکتری ها می توانند با تغییر دادن ساختار آنتی بیوتیک آن را خنثی کرده و باعث بی اثر شدن آن شوند. برخی دیگر قبل از اینکه صدمه ببینند آنتی بیوتیک را به خارج از باکتری پمپاژ میکنند. برخی از باکتری ها می توانند ساختار بیرونی خود را تغییر دهند، بنابراین آنتی بیوتیک هیچ راهی برای اتصال به آنها برای از بین بردن ندارد.

وقتی باکتری در معرض آنتی بیوتیک قرار میگیرد تعدادی که مقاوم ترند می توانند زنده بمانند زیرا راهی برای مقاومت در برابر آنتی بیوتیک پیدا کرده اند. اگر حتی یک باکتری در برابر آنتی بیوتیک مقاوم شود می تواند تکثیر شود و جایگزین شود. این بدان معناست که قرار گرفتن در معرض آنتی بیوتیک ها فشار انتخاب را ایجاد می کند و باعث می شود باکتری های زنده مانده مقاومت بیشتری نشان دهند. باکتری ها همچنین با جهش ژنتیکی می توانند مقاوم شوند.

خبرنامه دارویی



چگونه میتوان از خود و جامعه در برابر مقاومت آنتی بیوتیکی محافظت کرد؟

از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها خودداری کنید. به پزشک خود بگویید که نگران مقاومت آنتی بیوتیکی هستید و از او بپرسید که آیا راهی وجود دارد که بتوانید بدون استفاده از آنتی بیوتیک ها بهبودی پیدا کنید و تسکین علامتی داشته باشید.

آنتی بیوتیک تجویز شده را دقیقاً مطابق آنچه پزشک به شما گفته است مصرف کرده و دوره مصرف دارو را کامل کنید و هرگز از مقدار تجویز شده تجاوز نکنید. داروهای باقیمانده را دور بریزید و هیچ آنتی بیوتیکی را برای دفعه بعد که بیمار می شوید ذخیره نکنید. هرگز برای عفونت ویروسی مانند سرماخوردگی و آنفولانزا آنتی بیوتیک مصرف نکنید. هرگز به پزشک خود فشار نیاورید تا برای شما آنتی بیوتیک تجویز کند. هرگز آنتی بیوتیک تجویز شده برای شخص دیگر را مصرف نکنید.

وقتی ویروسها مانند آنهایی که باعث سرماخوردگی و آنفولانزا میشوند باعث بیماری باشند داروهای آنتی بیوتیکی تاثیرگذار نمی باشند. در حقیقت مصرف آنتی بیوتیک برای درمان بیماری های ویروسی، ممکن است در آینده همه ما را بیمارتر کند. از آنتی بیوتیک ها برای درمان عفونت های ناشی از باکتری ها استفاده می شود. باکتری ها سلول های بسیار کوچکی هستند که میلیاردها عدد از آنها در بدن من و شما زندگی می کنند. بیشتر اوقات این باکتری ها به شما کمک می کنند و بی ضرر و حتی برای بدن مفید هستند. اما برخی از باکتری ها می توانند باعث بیماری شوند و آنتی بیوتیک ها برای درمان عفونت های ایجاد شده در اثر این باکتری ها استفاده می شوند. ویروسها با باکتریها تفاوت دارند. آنها ساختار متفاوتی برای زنده ماندن دارند.

ویروس ها دیواره سلولی ندارند و برخلاف باکتری ها که از خارج به سلول های بدن شما حمله می کنند ویروسها در واقع به داخل سلولهای بدن می روند در آن زندگی می کنند و کپی هایی از خود را در سلول های بدن می سازند. ویروس ها مانند باکتری ها نمی توانند به تنهایی تولید مثل کنند و در عوض آنها خود را به سلول های سالم متصل می کنند و برای ساخت ویروس های جدید آنها را برنامه ریزی می کنند. به دلیل همه این تفاوتها آنتی بیوتیک ها روی ویروس ها تاثیر ندارند.

زمانی که شما سرما خورده اید آبریزش بینی و انسداد بینی، گلودرد، سردرد، تب، سرفه و درد عضلانی به سراغ شما می آید برای درمان آن استراحت و نوشیدن مایعات فراوان به خصوص آب و مصرف داروهای بدون نسخه برای رفع علائم به شما در بهبود بیماری کمک می کند. این به طور کلی برای افراد سالم در این صورت کفایت می کند و در برخی موارد پزشک معالج شما ممکن است داروهای ضد ویروسی را برای کاهش شدت و طول بیماری شما تجویز کند. اگر مبتلا به سرماخوردگی و آنفولانزا هستید در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر باید به پزشک معالج خود مراجعه کرده و نسبت به درمان خود اقدام نمایید : تنگی نفس و مشکل در تنفس، درد قفسه سینه، گلو دردی که به بلع دردناک منجر می شود، سرفه شدید، سردرد سینوسی، استفراغ مداوم، درجه حرارت بالای ۳۸ درجه سانتی گراد، احساس سردرگمی و بی نظمی، سرفه با خلط رنگی.