



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
معاونت غذا و دارو

هفته جهانی آگاه سازی از داروهای آنتی میکروبیال

۱۸ تا ۲۴ نوامبر
برابر با ۲۷ آبان لغایت ۳ آذر ماه

معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران
دفتر نکات چاپی صورت گرفته در آردوهای سلامت مهر



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت غذا و دارو



با گسترش آگاهی از داروهای ضد میکروبی، از بروز مقاومت به آنها **مانعت کنیم.**

برای جلوگیری از وقوع پدیده مقاومت میکروبی، در مصرف داروهای ضد میکروبی **احتیاط کنیم.**

معاونت غذا و دارو و انستیتاد علوم پزشکی ایران
دقت نکات و پیش مصرف فرآورده های سلامت محور

داروهای آنتی میکروبیال

آنتی باکتریال (ضد باکتری)

ضد ویروس

ضد انگل

ضد قارچ



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت غذا و دارو

مقاومت میکروبی چیست ???

روزی را تصور کنید که دیگر هیچ داروی ضد میکروبی تأثیری در درمان بیماریهای عفونی در انسان ها، حیوانات و گیاهان نداشته باشد !!!

مقاومت میکروبی یعنی:

برخلاف زمانی که حتی یک بیماری عفونی سخت به راحتی با یک دوره مصرف داروی ضد میکروبی درمان می شد، اکنون با مصرف همان دارو عامل بیماری زا همچنان به رشد و فعالیت خود ادامه می دهد و دارو قادر نیست آن را از بین ببرد و بیماری هر روز پیشرفت می کند تا جایی که ... دیگر هیچ دارویی قادر به نجات جان ما نخواهد بود.



معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران
دفتر نکات پایش مصرف آذوقه های سلامت مهر

برای کمک به جلوگیری از وقوع مقاومت میکروبی چه باید کنیم؟

۱. انتخاب آنتی بیوتیک صحیح با دوز صحیح و طول دوره درمان صحیح مؤکداً توسط پزشک
۲. تهیه آنتی بیوتیک صرفاً با نسخه پزشک و پرهیز از مصرف خودسرانه
۳. استفاده صحیح دارو توسط بیمار و تکمیل دوره درمان
۴. دریافت هرگونه مشاوره درمانی صرفاً از پزشک و داروساز
۵. هرگز برای دریافت آنتی بیوتیک در جهت درمان عفونتهای ویروسی به پزشک یا داروساز اصرار نکنیم.
۶. هرگز در دفعات جدید ابتلا به بیماری، خودسرانه مصرف آنتی بیوتیک قبلی را تکرار نکنیم.
۷. هرگز داروی تجویز شده پزشک برای بیماری خود را به فرد دیگری پیشنهاد نکنیم.
۸. هرگز برای درمان عفونت در گروههای حساس مانند نوزادان، کودکان و سالمندان بدون مشورت با پزشک آنتی بیوتیک استفاده نکنیم.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
سازمان غذا و دارو

دانشگاه تهران - مرکز تخصصی سلامت

چرا نباید خودسرانه درمان آنتی بیوتیکی انجام دهیم؟

۱. آنتی بیوتیک ها بر بیماری های ویروسی بی ناثیر هستند؛ بنابراین، عفونت هایی مانند سرماخوردگی، آنفلوانزا و بسیاری از گلودردها نیازی به درمان با آنتی بیوتیک ندارند.
۲. هر داروی آنتی بیوتیک بر طیف خاصی از باکتری ها موثر است و ممکن است یک آنتی بیوتیک بر نوع دیگری از عفونت های باکتریایی موثر نباشد.
۳. باکتری ها و قارچ ها همواره به دنبال یافتن راهی جدید برای خنثی کردن اثرات آنتی بیوتیک ها هستند. در صورت استفاده در موارد غیر صحیح و مقاوم شدن باکتری ها به آنتی بیوتیک ها، باکتری از بین نرفته و به رشد و تکثیر خود ادامه می دهد، طول دوره بستری افزایش یافته، بار مالی بیشتری به بیمار تحمیل شده و به سبب تعدد آنتی بیوتیک های تجویزی عوارض بیشتری را تجربه خواهد کرد و نهایتاً دیگر دارویی برای درمان عفونت بیمار وجود نخواهد داشت.
۴. تشخیص اینکه عفونت باکتریایی است یا ویروسی تنها با تستها بر عهده پزشک است.

سازمان غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران
دانشگاه تهران - مرکز تخصصی سلامت





چرا باید نگران مقاومت میکروبی باشیم؟

✓ آنتی بیوتیک ها به علت مصرف بیش از حد، خودسرانه و غیراصولی در حال از دست دادن اثربخشی خود هستند و مقاومت باکتری ها به آنتی بیوتیک ها در حال وقوع است. این موضوع آینده زندگی انسان ها، حیوانات و گیاهان را با مخاطره جدی روبرو می کند.

✓ مقاومت به آنتی بیوتیک ها هر فردی در هر سنی را تحت تاثیر قرار می دهد. افراد با ایمنی ضعیف و یا نیازمند مراقبت های ویژه مانند افراد نیازمند شیمی درمانی و یا پیوند عضو بیشتر در معرض عفونت قرار دارند و فقدان آنتی بیوتیک موثر بر عفونت ها فاجعه ای بزرگ محسوب می شود.

✓ مقاومت آنتی بیوتیکی، صنایع دامپزشکی و کشاورزی را نیز تحت تاثیر قرار می دهد.

✓ مقاومت میکروبی تاثیر اقتصادی و بهداشتی سنگینی برای کشورها و مردم دربردارد؛ افزایش مقاومت میکروبی تا سال ۲۰۵۰ اینگونه برآورد شده است که منجر به فوت سالانه قریب به ۱۰ میلیون نفر و افزایش هزینه ای بالغ بر سالانه ۱۰۰ تریلیون دلار خواهد شد.



معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران
دقتنظارت پایش مصرف آلوده های سلامت



دانشگاه علوم پزشکی سلامت پایش آلوده های سلامت
معاونت غذا و دارو

جهت دریافت اطلاعات و مشاوره های دارویی و انواع مسمومیت ها ، با شماره ستاد

ملی اطلاع رسانی دارو و سموم، ۱۹۰ داخلی ۳ تماس حاصل فرمایید.

ساعت پاسخگویی: ۸ الی ۲۰



معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران
دقتنظارت پایش مصرف آلوده های سلامت

هفته جهانی آگاهی از داروهای ضد میکروب

World Antimicrobial Awareness Week

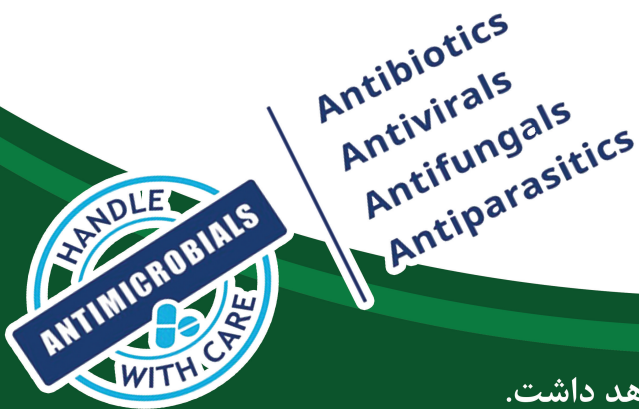
۱۸-۲۴ نوامبر برابر با ۲۷ آبان لغایت ۳ آذرماه



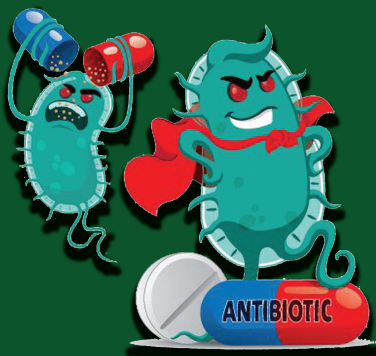
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت غذا و دارو

داروهای آنتی بیوتیک برای عفونت های ویروسی
مانند سرماخوردگی و آنفولانزا مناسب نیستند
از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها و توصیه به
دیگران

جداً خودداری نمایید.



- ❌ مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک عواقب جبران ناپذیری خواهد داشت.
- ❌ هرگز آنتی بیوتیک را بدون نسخه و تجویز پزشک مصرف نکنید.
- ❌ تشخیص عامل بروز بیماری و نیاز به مصرف آنتی بیوتیک فقط بر عهده پزشک است.
- ❌ جلوگیری از بروز مقاومت به داروهای ضد میکروبی ، وظیفه و مسئولیت همه ما است.
- ❌ هنگام مراجعه به پزشک ، وی را در جریان سایر بیماریها و داروهای مصرفی خود قرار دهید.
- ❌ از پزشک و داروساز مشاوره دارویی بگیرید.
- ❌ میکروب های مقاوم به درمان و دارو، از مشکلات جدی سلامت جامعه جهانی در آینده است.
- ❌ آنتی بیوتیک ها را هرگز خودسرانه قطع نکنید کامل کردن دوره درمان برای از بین بردن تمام باکتری ها و افزایش اثربخشی این داروها ضروری است.



مصرف نادرست آنتی بیوتیک ها را متوقف کنید



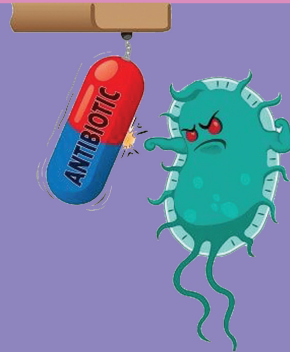
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت غذا و دارو

World Antimicrobial Awareness Week

هفته جهانی آگاهی از داروهای ضد میکروب

۱۸-۲۴ نوامبر برابر با ۲۷ آبان لغایت ۳ آذرماه

با داروهای ضد میکروب: با احتیاط و درست رفتار کنیم تا از ایجاد مقاومت به آنها ممانعت شود. در صورت تجویز و مصرف نادرست داروهای آنتی میکروبیال، آینده زندگی انسان ها، حیوانات و گیاهان را به مخاطره می اندازیم



Antibiotics
Antivirals
Antifungals
Antiparasitics

جلوگیری از پدیده ی مقاومت به داروهای آنتی میکروب:

- ۱- تجویز صحیح و انتخاب دارو صرفاً توسط پزشک
- ۲- تهیه دارو صرفاً با نسخه پزشک و از داروخانه
- ۳- مشاوره فقط با داروساز و پزشک
- ۴- تکمیل دوره درمان و مصرف درست دارو

استفاده غیر منطقی از آنتی بیوتیک ها منجر به مقاومت در برابر آنها می شود.

- مصرف نادرست آنتی بیوتیک می تواند باعث ایجاد عوارض جانبی و افزایش مقاومت نسبت به آنتی بیوتیکها شود. مقاومت آنتی بیوتیکی یکی از مهمترین ترین تهدیدها برای سلامت عمومی می باشد.
- مقاومت آنتی بیوتیکی به این معنا نیست که بدن نسبت به آنتی بیوتیک ها مقاوم می شود؛ به این معنی است که باکتری ها در حال افزایش توانایی جهت غلبه بر آنتی بیوتیک هایی هستند که برای از بین بردن آنها طراحی شده اند.
- هنگامی که باکتری ها مقاوم می شوند، آنتی بیوتیک ها نمی توانند با آنها مبارزه کنند و باکتری ها تکثیر می شوند.
- درمان باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک دشوارتر است و می تواند به افراد دیگر سرایت کند.
- سالانه بیش از ۲/۸ میلیون عفونت مقاوم به آنتی بیوتیک در ایالات متحده آمریکا اتفاق می افتد و منجر به مرگ بیش از ۳۵۰۰۰ نفر می شود.

روش درست استفاده از آنتی بیوتیک ها:

- آنتی بیوتیک ها را هرگز بصورت خودسرانه و بدون تجویز پزشک استفاده نکنید.
- اگر به آنتی بیوتیک نیاز دارید، آنها را دقیقا طبق دستور پزشک یا داروساز مصرف کنید و دوره مصرف آن را کامل کنید.
- آنتی بیوتیک ها را در یک ساعت معین از روز استفاده کنید و ساعت مصرف آن را تغییر ندهید.
- هرگز آنتی بیوتیک های خود را برای استفاده بعدی ذخیره نکنید یا آنها را با خانواده یا دوستان به اشتراک نگذارید.
- مصرف درست آنتی بیوتیک نه تنها به حفظ سلامتی ما و مبارزه با مقاومت آنتی بیوتیکی کمک می کند بلکه تضمین می کند که این داروهای نجات دهنده، برای نسل های آینده نیز در دسترس خواهند بود.

- سوالات خود در مورد آنتی بیوتیک ها مانند عوارض جانبی و تداخلات دارویی را فقط از پزشک یا داروساز خود پرسید.

عوارض جانبی آنتی بیوتیک ها چیست؟

✓ عوارض جانبی شایع از خفیف تا شدید متغیر است و می تواند شامل موارد زیر باشد:

- جوش و ضایعات پوستی
- سرگیجه
- حالت تهوع
- اسهال
- بروز عفونت های قارچی فرصت طلب

در صورت بروز موارد زیر سریع به پزشک مراجعه کنید:

- **اسهال شدید** : می تواند نشانه ای از عفونت کلستریدیوم دیفیسیل باشد که می تواند منجر به آسیب روده بزرگ و مرگ گردد.
- **واکنش های آلرژیک شدید و تهدید کننده زندگی** : مانند خس خس سینه، کهیر، تنگی نفس، و آنافیلاکسی (احساس می شود که گلوئی شما در حال بسته شدن یا خفگی است یا صدای شما در حال تغییر است).

چرا مهم است که ما نسبت به آنتی بیوتیک ها آگاه باشیم؟

آنتی بیوتیک ها داروهای قدرتمند و نجات دهنده زندگی هستند. زمانی که پزشک شما آنتی بیوتیک تجویز می کند آنها را طبق دستور و سر ساعت مصرف کنید. ممکن است هنگام مصرف آنتی بیوتیک عوارض جانبی را تجربه کنید اما به یاد داشته باشید، قطع مصرف آنتی بیوتیک یا تغییر دستور مصرف آن تنها می بایست با مشورت پزشک صورت پذیرد.

در صورت عدم نیاز به آنتی بیوتیک، چنانچه خودسرانه مصرف شود، نه تنها سودی حاصل بیمار نمی شود بلکه عوارض جانبی ناشی از مصرف، می تواند باعث آسیب شود. واکنش های ناشی از مصرف آنتی بیوتیک ها باعث می شود که از هر پنج نسخه تجویز دارو، یکی منجر به مراجعه به اورژانس شود.

❖ **واکنش های آنتی بیوتیکی یکی از شایع ترین علل مراجعه به اورژانس در کودکان می باشد.**

آنتی بیوتیک ها چه چیزی را درمان می کنند؟

آنتی بیوتیک ها فقط برای درمان عفونت های ناشی از باکتری ها مورد نیاز هستند.

آنتی بیوتیک ها ابزارهای حیاتی برای درمان شرایط تهدید کننده حیات مانند ذات الریه و عفونت خون می باشد.

آنتی بیوتیک ها چه چیزی را درمان نمی کنند؟

آنتی بیوتیک ها اثری بر روی ویروس ها ندارند، این ویروسها هستند که باعث سرماخوردگی، آنفولانزا و کرونا می شوند. حتی در برخی از عفونت های باکتریایی رایج، از جمله بیشتر موارد برونشیت، بسیاری از عفونت های سینوسی و برخی عفونت های گوش، آنتی بیوتیک ها موثر نیستند.

چگونه میتوانیم سالم بمانیم؟

شما می توانید با کمک رعایت موارد زیر سالم بمانید و سلامت دیگران را نیز حفظ کنید:

دستان خود با آب و صابون به مدت ۲۰ ثانیه و یا استفاده از ضدعفونی کننده دست که ۷۰ درصد الکل داشته باشد بشوید.

هنگامی که سرفه یا عطسه می کنید دهان و بینی را با دستمال یا با استفاده از داخل آرنج خود بپوشانید واکسن های توصیه شده، مانند واکسن کرونا و آنفولانزا را به موقع دریافت کنید.

از متخصصین سلامت مانند پزشکان و داروسازان در مورد راه های پیشگیری از بروز بیماری عفونی بهره بگیرید.

از نحوه صحیح مصرف آنتی بیوتیک ها آگاه باشیم

- ❖ آنتی بیوتیک ها به بهبود عفونت های ویروسی کمکی نمی کنند.
- ❖ آنتی بیوتیک ها می تواند باعث نجات زندگی شوند، اما هنگام بیماری، همیشه انتخاب اول نیستند.
- ❖ اگر مصرف آنتی بیوتیک ها برای بیمار ضروری نباشد، کمکی به بهبود وی نخواهند کرد ولی اثرات جانبی آن می تواند باعث آسیب شود.

آنتی بیوتیک ها روی عفونت های ناشی از ویروس ها مانند: سرماخوردگی، کرونا، آنفولانزا، برونشیت یا آبریزش بینی (حتی اگر مخاط غلیظ، زرد، یا سبز باشد) اثربخش نیستند. عفونت ویروسی تنفسی معمولاً در یک یا دو هفته بدون درمان خوب می شود. در مورد بهترین راه برای مبارزه با عفونت ویروسی از پزشک یا داروساز خود سوال کنید.

چه مطالبی را باید بدانیم:

اگر آنتی بیوتیک ها برای بیمار ضروری نباشد ولی آنتی بیوتیک مصرف شود، چه اتفاقی می افتد؟ آنتی بیوتیک می تواند عوارض جانبی ایجاد کند. عوارض جانبی شایع آنتی بیوتیک ها می توانند شامل بثورات پوستی، سرگیجه، حالت تهوع، اسهال و عفونت های قارچی باشد.

عوارض جانبی جدی تر عبارت است از عفونت کلستریدیوم دیفیسیل که باعث اسهال می شود و ممکن است منجر به آسیب شدید روده بزرگ و مرگ شود. همچنین افراد می توانند دچار واکنش های آلرژیک تهدید کننده حیات شوند.

عوارض جانبی ممکن است در هر زمانی از مصرف آنتی بیوتیک ها حتی زمانی که به آنها نیاز ندارید، رخ دهد. پزشک به شما کمک می کند تا متوجه شوید که آیا مزایای استفاده از آنتی بیوتیک ها از خطرات عوارض جانبی آن بیشتر است یا خیر.

مصرف غیر منطقی آنتی بیوتیک ها باعث ایجاد مقاومت میکروبی می شود. مقاومت میکروبی زمانی رخ می دهد که باکتری ها دیگر به داروهایی که برای کشتن آنها طراحی شده اند پاسخ نمی دهند.

آیا مقاومت آنتی بیوتیکی می تواند روی ما تاثیر گذار باشد؟

بله می تواند. مقاومت آنتی بیوتیکی یکی از مهمترین ترین تهدیدها برای سلامت عمومی می باشد. سالانه بیش از ۲.۸ میلیون عفونت مقاوم به آنتی بیوتیک در ایالات متحده آمریکا اتفاق می افتد و در نتیجه آن بیش از ۳۵۰۰۰ نفر می میرند.

چگونه می توانیم سالم بمانیم و به حفظ سلامت دیگران نیز کمک کنیم؟

شما می توانید با کمک موارد زیر سالم بمانید:

شستن دستان خود

پوشاندن دهان و بینی با دستمال یا استفاده از قسمت داخلی آرنج خود هنگام سرفه یا عطسه

ماندن در خانه در هنگام بیماری

دریافت واکسن های توصیه شده، مانند واکسن کرونا و آنفولانزا

چرا کمک به بهبود تجویز و مصرف آنتی بیوتیک ها برای همه مهم است؟

آنتی بیوتیک ها جان انسان ها را نجات می دهند و ابزارهای حیاتی برای درمان شرایط تهدید کننده حیات مانند ذات الریه و عفونت خونی می باشند. با کمک متخصصان سلامت، روش تجویز و مصرف آنتی بیوتیک ها بهبود یافته، که این امر به حفظ سلامت ما و مبارزه با مقاومت آنتی بیوتیکی کمک می کند و تضمین می کند که آنتی بیوتیک های حیاتی برای نسل های آینده نیز در دسترس باشند.

- اگر برای من آنتی بیوتیک تجویز شود چه باید بکنم؟

اگر به آنتی بیوتیک نیاز دارید، آنها را دقیقاً همانطور که تجویز شده است مصرف کنید. در صورت داشتن سوال در مورد آنتی بیوتیک و یا در صورت ابتلا به هر گونه عوارض جانبی به خصوص اسهال (می تواند عفونت کلوستریدیوم دیفیسیل باشد و باید درمان شود) با پزشک یا داروساز خود صحبت کنید. در مواردی، پزشک ممکن است برای شما آنتی بیوتیک تجویز کند، اما به شما بگوید قبل از مصرف آنتی بیوتیک چند روز منتظر بمانید تا اگر احساس بهبودی داشتید، آنتی بیوتیک را تهیه نکنید. در اینصورت دیگر شما نیازی به مصرف آنتی بیوتیک ندارید و مجبور به رویارویی با خطرات احتمالی عوارض جانبی نمی باشید.

وقتی دچار سرماخوردگی شدم چه باید کنم؟

- ✓ از پزشک یا داروساز خود در مورد بهترین راه مبارزه با ویروس سوال کنید.
- ✓ مایعات زیادی بنوشید.
- ✓ در صورت تنگی نفس از یک بخارساز خنک و یا قطره بینی نرمال سالین استفاده کنید.
- ✓ به قدر کافی استراحت کنید.
- ✓ اگر وضعیتتان تغییری نکرد و یا بدتر شد حتما به مرکز درمانی مراجعه کنید.

آنتی بیوتیکها و دندان پزشکی

مطالبی که در مورد آنتی بیوتیک ها باید بدانیم...

- ✓ در مورد اینکه چه زمانی در دندانپزشکی برای مراقبت از بهداشت دهان و دندان، نیاز به آنتی بیوتیک دارید، با دندانپزشک خود صحبت کنید.
- ✓ آنتی بیوتیک های خود را دقیقاً مطابق دستور دندان پزشک و یا داروساز خود مصرف کنید.
- ✓ در صورت بروز هر گونه عارضه جانبی یا عکس العمل های آلرژیک موضوع را با دندانپزشک یا داروساز خود در میان بگذارید.

چگونه می توانید سلامت دهان خود را حفظ کنید؟

- ✓ دندان های خود را روزی دو بار مسواک بزنید.
- ✓ برای برداشتن پلاک بین دندان ها هر روز نخ دندان بکشید.
- ✓ حتی اگر دندان های خود را از دست داده اید و دندان مصنوعی دارید، حداقل سالی یک بار به دندانپزشک خود مراجعه کنید.
- ✓ از هیچ نوع فرآورده دخانی (مانند سیگار و قلیان) استفاده نکنید. سیگار باعث آسیب به بدن شما خواهد شد، که این امر می تواند منجر به بروز مشکلات سلامت طولانی مدت شود. تنها راه برای محافظت از خود در برابر آسیب این است که هرگز سیگار نکشید و اگر سیگار می کشید و یا فرآورده دخانی مصرف می کنید، آن را ترک کنید.
- ✓ مصرف صحیح آنتی بیوتیک ها در مشکلات دهان و دندان، باعث سلامتی شما می شود و به جلوگیری از بروز عوارض جانبی و مبارزه با مقاومت آنتی بیوتیکی کمک می کند.

آنتی بیوتیک ها چه چیزی را درمان می کنند؟

آنتی بیوتیک ها برخی از عفونت های دهان (مانند آبسه دندان) را که ناشی از باکتری باشد درمان می کنند.

در برخی موارد قبل از اقدامات دندانپزشکی، به عنوان یک اقدام پیشگیرانه برای جلوگیری از عفونت، آنتی بیوتیک تجویز می شود. با دندانپزشک خود در مورد اینکه آیا نیاز به مصرف آنتی بیوتیک قبل از اقدامات دندانپزشکی دارید یا خیر، صحبت کنید.

آنتی بیوتیک ها چه چیزهایی را درمان نمی کنند؟

- عفونت های دهان ناشی از ویروس ها، مانند تبخال
- عفونت های قارچی
- دندان درد ناشی از جراحت یا ضربه. مگر اینکه آسیب اولیه منجر به عفونت باکتریایی شده باشد. مسکن های ضد التهابی یا استامینوفن ممکن است برای کمک به کاهش درد دندان توصیه شود.

دندانپزشک شما تعیین می کند که جهت مراقبت از دندان نیاز به مصرف آنتی بیوتیک دارید یا خیر.

عوارض جانبی آنتی بیوتیک ها چیست؟

✓ عوارض جانبی شایع از خفیف تا شدید متغیر است و می تواند شامل موارد زیر باشد:

- جوش و ضایعات پوستی
- سرگیجه
- حالت تهوع
- اسهال
- بروز عفونت های قارچی فرصت طلب

در صورت بروز موارد زیر سریع به پزشک مراجعه کنید:

- اسهال شدید - می تواند نشانه ای از عفونت کلوستریدیوم دیفیسیل باشد که می تواند منجر به آسیب روده بزرگ و مرگ گردد.
- واکنش های آلرژیک شدید و تهدید کننده زندگی - مانند خس خس سینه، کهیر، تنگی نفس، و آنافیلاکسی (احساس می شود که گلوئی شما در حال بسته شدن یا خفگی است یا صدای شما در حال تغییر است).

قبل از انجام یک عمل دندانپزشکی، با دندانپزشک خود در مورد هرگونه حساسیت دارویی یا سایر شرایط پزشکی صحبت کنید. همچنین، برای دانستن تداخلات دارویی احتمالی در مورد داروهایی که مصرف می کنید با دندانپزشک یا داروساز خود صحبت کنید. زمانی که آنتی بیوتیک مورد نیاز نیست، آنها به شما کمک نخواهند کرد، اما اثرات جانبی آنتی بیوتیکی همچنان می تواند باعث آسیب شما شود.

- مقاومت آنتی بیوتیکی چیست؟

مقاومت آنتی بیوتیکی یکی از مهمترین ترین تهدیدهای سلامت عمومی می باشد. هر زمانی که آنتی بیوتیک مصرف می کنید، می تواند باعث ایجاد عوارض جانبی شده و به افزایش مقاومت آنتی بیوتیکی کمک کند.

✓ همیشه به یاد داشته باشید:

۱- مقاومت آنتی بیوتیکی به این معنا نیست که بدن نسبت به آنتی بیوتیک ها مقاوم می شود؛ به این معنی است که باکتری ها در حال افزایش توانایی جهت غلبه بر آنتی بیوتیک هایی هستند که برای از بین بردن آنها طراحی شده اند.

۲. هنگامی که باکتری ها مقاوم می شوند، آنتی بیوتیک ها نمی توانند با آنها مبارزه کنند و باکتری ها تکثیر می شوند.

۳. درمان برخی از باکتری های مقاوم دشوارتر است و می تواند به افراد دیگر سرایت کند.

❖ هنگامی که به آنتی بیوتیک نیاز دارید، فواید آن بیشتر از خطرات عوارض جانبی و مقاومت آنتی

بیوتیکی می باشد.

پیام های پیشگیری از مقاومت به داروهای آنتی میکروبیال

- ۱ - هرگز آنتی بیوتیک را بدون تجویز پزشک مصرف نکنید.
- ۲ - دوره ی مصرف آنتی بیوتیک را تا انتها طبق دستور پزشک ادامه دهید.
- ۳ - آنتی بیوتیک را طبق دستور پزشک منظم و سر ساعت مصرف کنید.
- ۴ - از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها بپرهیزید و آنتی بیوتیک خود را برای دیگران تجویز نکنید.
- ۵ - در مورد نحوه ی صحیح مصرف آنتی بیوتیک، مصرف قبل و یا بعد از غذا، و نیز تداخل احتمالی آن با سایر داروها، غذا، آب میوه و ... از پزشک یا داروساز راهنمایی بخواهید.
- ۶ - قرص و کپسول های آنتی بیوتیک را حتماً با یک لیوان آب میل نمایید.
- ۷ - هنگام مصرف شربت های آنتی بیوتیک حتماً از پیمانه یا قاشق مدرج استفاده گردد.
- ۸ - عوارض جانبی که بدنبال مصرف دارو ایجاد شده اند و یا بروز حساسیت را بلافاصله به داروساز یا پزشک خود اطلاع دهید.
- ۹ - استفاده از آنتی بیوتیکها در عفونت های ویروسی مانند سرماخوردگی و یا آنفلوآنزا مؤثر نمی باشد.
- ۱۰ - برخلاف باور بسیاری از مردم مصرف آنتی بیوتیک در بیماری ها و عفونت های ویروسی سبب درمان بیماری نمی شود، مانع انتقال بیماری به سایرین نمی گردد، سبب بهتر شدن علائم آزاردهنده بیماری نمی شود و حتی ممکن است شما را در معرض بروز عوارض جانبی غیرضروری و مضر دارو قرار دهد.
- ۱۱ - توجه داشته باشید مصرف نامنظم و عدم رعایت برنامه زمان بندی مصرف از اثر دارو میکاهد و یا سبب ایجاد مقاومت میکروبی می گردد، لذا در مصرف منظم دارو کوشا باشید.
- ۱۲ - در صورت فراموش کردن مصرف آنتی بیوتیک در موعد مقرر اگر زمان زیادی نگذشته است دارو را بلافاصله استفاده کنید و برنامه زمانی را مطابق قبل (همان ساعت های قبلی) ادامه دهید ولی چنانچه به زمان مصرف بعدی نزدیک شده اید دوز دارو را دو برابر نکنید و سر ساعت مقرر بعدی دارو را میل نمایید.

- ۱۳- استفاده نادرست و یا بیش از حد از آنتی بیوتیک ها در انسان ها و حیوانات و نیز خود درمانی یکی از عوامل مهم در ایجاد و ظهور باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک می باشد.
- ۱۴- مصرف نادرست آنتی بیوتیک ها که منجر به مقاومت آنتی بیوتیکی میگردد بدلیل انتقال باکتری های مقاوم به دیگر افراد علاوه بر خود فرد سلامت همگانی را در معرض خطر قرار میدهد.
- ۱۵- شیوع مقاومت آنتی بیوتیکی سبب افزایش طول مدت بیماری، افزایش هزینه درمان، شیوع بیماری های میکروبی پیچیده تر و سختی درمان، افزایش مراجعات به پزشک، مشکل در کنترل عفونت بیمارستانی و نیز افزایش مرگ و میر ناشی از عفونت ها می گردد.
- ۱۶- راه های جلوگیری از مقاومت آنتی بیوتیکی شامل تجویز صحیح آنتی بیوتیک، مصرف صحیح آنتی بیوتیک و خودداری از خود درمانی با آنتی بیوتیک می باشد.
- ۱۷- فراموش نکنیم پیشگیری از ابتلا به عفونت بهترین راهکار در کاهش مقاومت آنتی بیوتیکی می باشد با رعایت نکات بهداشت شخصی، بهداشت مواد غذایی، رعایت شیوه صحیح زندگی مانند رژیم غذایی مناسب، ورزش، خواب مناسب و کافی و... در کاهش ابتلا به بیماری های عفونی کوشا باشیم.
- ۱۸- مقاومت در برابر آنتی بیوتیک به بزرگترین تهدید سلامت جهانی و امنیت غذایی تبدیل شده است. در حال حاضر درمان بیماری های عفونی مانند سل و ذات الریه بر اثر افزایش مقامت نسبت به آنتی بیوتیک بسیار دشوار تر از قبل شده است و پیش بینی می شود این امر تا سال ۲۰۵۰ از سرطان، قربانیان بیشتری داشته باشد. آنتی بیوتیک ها را خودسرانه مصرف نکنیم و از فرآورده های دامی و کشاورزی بدون آنتی بیوتیک حمایت کنیم.
- ۱۹- باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک بعد از اتمام دوره ی مصرف دارو باز هم در بدن باقی می مانند و می توانند به دیگران نیز منتقل شوند و جامعه را کم کم به سوی مقاومت فراگیر به آنتی بیوتیک ها پیش ببرند.
- ۲۰- وجود مقاومت های میکروبی، باعث می شود اقدامات درمانی دیگر نظیر جراحی های بزرگ، شیمی درمانی، عمل پیوند عضو و تعویض مفاصل بسیار پر خطر تر باشند.

آیا برای آبریزش بینی آنتی بیوتیک نیاز است؟

آنتی بیوتیک ها روی ویروس هایی که باعث سرماخوردگی و یا آبریزش بینی می شوند (حتی اگر ترشحات بینی غلیظ، زرد یا سبز باشد) اثر ندارند.

آبریزش بینی یک بخش طبیعی از سرماخوردگی است. پزشک کودک شما ممکن است داروی دیگری را تجویز کند و یا نکاتی را برای کمک به درمان علائمی مانند تب و سرفه به شما ارائه دهد.

چه چیزی در سرماخوردگی باعث آبریزش بینی می شود؟

زمانی که ویروس سرماخوردگی بینی و سینوس ها را آلوده می کند، بینی مخاط شفاف تولید کرده تا به شستشوی ویروس از بینی و سینوس ها کمک کند. پس از دو یا سه روز که سیستم ایمنی بدن در حال مبارزه با ویروس هاست، رنگ مخاط به سفید یا زرد تغییر می کند. در زمان بهبودی، با رشد باکتری هایی که به طور معمول در بینی زندگی می کنند، رنگ مخاط به سبز تغییر می کند. همه اینها طبیعی است و به این معنا نیست که فرزند شما به آنتی بیوتیک نیاز دارد.

چرا نباید آنتی بیوتیک ها را در عفونت ویروسی و سرماخوردگی استفاده کرد؟

وقتی آنتی بیوتیک ها مورد نیاز نباشند، نه تنها کمکی نخواهند کرد بلکه می توانند باعث مقاومت آنتی بیوتیکی شوند. مقاومت آنتی بیوتیکی زمانی رخ می دهد که باکتری ها توانایی شکست داروهایی را که برای کشتن آنها طراحی شده اند را به دست می آورند. هر زمان که آنتی بیوتیک ها بی دلیل استفاده می شوند، می توانند عوارض جانبی ایجاد کنند و منجر به مقاومت آنتی بیوتیکی شوند. اثرات جانبی آنتی بیوتیک ها می تواند شامل بثورات پوستی، سرگیجه، مشکلات گوارشی و عفونت های قارچی باشد.

چگونه می توانم به بهبودی فرزندم کمک کنم؟

برای مشاوره در مورد درمان مناسب برای کودک خود با پزشک یا داروساز تماس بگیرید. به طور کلی این نکات را مد نظر قرار دهید:

- *استراحت کافی و نوشیدن مایعات فراوان
- *استفاده از مرطوب کننده هوا مانند بخارساز خنک
- *استفاده از اسپری یا قطره نرمال سالین
- *استفاده از پوآر نرم جهت پاکسازی مخاط بینی کودکان خردسال
- *کودکان بزرگتر می توانند بخار را از یک کاسه آب داغ تنفس کنند.

برای کودکان بالاتر از یک سال، برای تسکین سرفه از عسل استفاده کنید.

- مشورت با داروساز در مورد داروهای بدون نسخه ای که می تواند به بهبود فرزندتان کمک کند.
- استفاده از داروهای بدون نسخه طبق دستور پزشک یا داروساز
- به یاد داشته باشید، داروهای بدون نسخه ممکن است باعث تسکین موقت علائم شوند، اما بیماری فرزند شما را درمان نمی کنند.

مصرف صحیح آنتی بیوتیک ها، می تواند به مبارزه با مقاومت آنتی بیوتیکی کمک کند
و این اطمینان را بدهد
که آنتی بیوتیک های حیاتی برای نسل های آینده نیز در دسترس خواهند بود.

مصرف آنتی بیوتیک در بیمارستان به خاطر بروز عفونت

تیم درمانی شما تصمیم گرفته است که برای شما یا یکی از عزیزانتان که در بیمارستان بستری هستید، به منظور پیشگیری از بروز عفونت در برخی شرایط مانند قبل از جراحی، آنتی بیوتیک تجویز کند. آنتی بیوتیک ها جان انسان ها را نجات می دهند و ابزار مهمی برای درمان تعدادی از عفونت های رایج مانند عفونت خون می باشند. آنتی بیوتیک ها باید به درستی استفاده شوند در غیر اینصورت می توانند عوارض جانبی ایجاد کرده و منجر به مقاومت میکروبی شوند. اما زمانی که آنتی بیوتیک مورد نیاز باشد، فواید آن بیشتر از خطرات عوارض جانبی و مقاومت میکروبی می باشد. چند نکته مهم در مورد درمان با آنتی بیوتیک ها وجود دارد که باید بدانید.

تیم درمانی شما ممکن است قبل از شروع مصرف آنتی بیوتیک آزمایشهایی را بر روی شما انجام دهند.

✚ در حالی که آنها در تلاش هستند تا متوجه شوند چه عاملی سبب بروز بیماری شما شده، ممکن است آنتی بیوتیک را برای شما شروع کنند.

✚ اگر نتایج آزمایش نشان دهد که آنتی بیوتیک دیگری برای درمان شما مفید است، آنتی بیوتیک شما را تغییر می دهند.

✚ ممکن است درمان آنتی بیوتیکی شما را طی ۴۸ یا ۷۲ ساعت پس از شروع مصرف آنتی بیوتیک بر اساس شرایط بالینی و نتایج کشت میکروبی بررسی کنند و در صورت نیاز، رژیم آنتی بیوتیکی شما را تغییر و یا متوقف کنند. این مرحله در درمان شما بسیار اهمیت دارد.

✚ در برخی موارد، تیم درمانی ممکن است تصمیم بگیرد که شما اصلا نیازی به آنتی بیوتیک ندارید. ممکن است به این نتیجه برسند که شما عفونت ندارید و یا آنتی بیوتیکی که مصرف می کنید در برابر عفونت شما کار آیی ندارد. به عنوان مثال، یک عفونت ناشی از ویروس نمی تواند با آنتی بیوتیک درمان شود.

✚ در صورتی که نیاز به مصرف آنتی بیوتیک ندارید، ادامه آن نه تنها به درمان شما کمکی نمی کند بلکه عوارض جانبی همچنان می تواند به شما آسیب برساند.

ممکن است شما عوارض جانبی آنتی بیوتیک ها را تجربه کنید.

○ مانند همه داروها، آنتی بیوتیک ها هم اثرات جانبی دارند. برخی از این موارد می توانند جدی باشند.

○ اگر در بیمارستان بستری شدید، در مورد هرگونه حساسیت دارویی و غیر دارویی که دارید به تیم درمانی خود اطلاع دهید.

○ عوارض جانبی شایع آنتی بیوتیک ها می تواند شامل بثورات پوستی، سرگیجه، حالت تهوع، اسهال و عفونت های قارچی باشد.

○ جدی ترین عوارض جانبی آنتی بیوتیک ها، عفونت کلستریدیوم دیفیسیل و واکنش های آلرژیک تهدید کننده حیات می باشند. کلستریدیوم دیفیسیل باعث اسهال شده و ممکن است منجر به مشکل جدی در روده بزرگ و مرگ شود.

○ اسهال ناشی از کلستریدیوم دیفیسیل می تواند جدی باشد و باید سریعاً تشخیص داده شده و درمان شود. هنگامی که شما در حال مصرف آنتی بیوتیک، دچار اسهال می شوید، فوراً موضوع را به تیم درمانی خود اطلاع دهید.

○ خطر ابتلا به اسهال ناشی از کلستریدیوم دیفیسیل، حتی در صورتیکه شما دیگر آنتی بیوتیکی دریافت نمی کنید، می تواند برای چند ماه ادامه یابد. در اینصورت حتماً این موضوع را به تیم درمانی خود اطلاع دهید.

به عنوان یک بیمار یا مراقب، مهم است که از درمان آنتی بیوتیکی خود یا یکی از عزیزانتان مطلع باشید. در صورتیکه خود بیمار قادر به صحبت نباشد و یا سوالی نمی پرسد، تیم درمانی می بایست سوالات لازم را مطرح کند. در این جا با برخی از سوالات مهمی که حین دریافت داروهای آنتی میکروبیال می بایست از تیم درمانی سوال شود، آشنا می شویم:

✓ این آنتی بیوتیک چه نوع عفونتی را درمان می کند و تیم درمانی چگونه تشخیص داده است؟
✓ آیا این آنتی بیوتیک برای درمان عفونت حال حاضر انتخابی است و آیا کمترین عارضه جانبی را دارد؟

✓ این آنتی بیوتیک چه عوارض ناخواسته ای به همراه دارد؟
✓ تا چه مدت باید آنتی بیوتیک تجویزی مصرف شود؟
✓ آیا مصرف همزمان این آنتی بیوتیک با دیگر داروهای مصرفی من و مکمل هایی که مصرف می کنم، تداخل ندارد؟

✓ آیا مصرف این آنتی بیوتیک روش خاصی دارد که به آن توجه کنم؟ مثلاً می توانم همراه غذا مصرف کنم؟

✓ شرایط بیماری من چگونه توسط تیم درمانی ارزیابی می شود تا بدانم دارو تاثیر گذاشته یا خیر؟
✓ اگر شرایط عفونت من بهبود نیافت، چه کاری باید انجام دهم؟

✓ انجام چه آزمایشی می تواند این اطمینان را ایجاد کند که انتخاب آنتی بیوتیک تجویزی برای من صحیح بوده است؟