

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.