Антибиотики: щит, который нельзя ломать.

В России проходит борьба с антимикробной резистентностью приуроченная к Всемирной инициативе повышения осведомленности о проблеме устойчивости к противомикробным препаратам (УПП). Проблема, еще недавно казавшаяся далекой угрозой, сегодня стала реальностью, способной отбросить современную медицину в доантибиотиковую эру.

Вирусы против бактерий: главное правило безопасности

Основа рационального использования лекарств начинается с понимания природы болезни. Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ), грипп, COVID-19 вызываются вирусами. Антибиотики — это антимикробные препараты, созданные исключительно для борьбы с бактериями.

Назначать их самим себе при вирусных инфекциях бессмысленно и опасно для здоровья. Антибиотик не убьет вирус, но нанесет удар по полезной микрофлоре организма, создаст ложное чувство выздоровления и даст время скрытой бактериальной инфекции (если она есть) развить устойчивость. Несмотря на то, что применение антибиотиков при ряде заболеваний несет безусловную пользу для человечества, их использование должно быть строго обоснованным и рациональным.

Цена ошибки: что происходит, когда микробы учатся защищаться

Основная опасность неконтролируемого применения антибиотиков в популяции — это формирование антибиотикорезистентности. Микроорганизмы (бактерии, грибы) обладают удивительной способностью адаптироваться. Под действием препаратов выживают самые сильные клетки, которые передают эту устойчивость потомству.

Для отдельного пациента это оборачивается:

- неэффективностью лечения стандартных инфекций;
- развитием тяжелых осложнений;
- необходимостью использовать токсичные препараты «резерва» с массой побочных эффектов;
- увеличением сроков госпитализации и сокращением продолжительности жизни.

Кто в группе риска?

Вероятность столкнуться с возбудителем, на который не подействует ни один стандартный антибиотик, выше всего у следующих категорий:

- пациенты, часто или на длительный срок госпитализирующиеся в стационары;
- люди, которым помощь оказывается в отделениях интенсивной терапии и реанимации;
- пациенты, бесконтрольно применяющие антибиотики в амбулаторных условиях, в том числе по необоснованному назначению врача.

Однако в зоне риска находится каждый, кто хранит в домашней аптечке полусгоревший курс антибиотиков «на всякий случай» или советует знакомым «то, что помогло в прошлый раз».

Как защитить себя и будущее: памятка действий

Чтобы сохранить эффективность лекарств для себя и своих детей, необходимо соблюдать базовые правила:

1. **Принимать противомикробные препараты только по назначению врача.**

Не «для подстраховки» и не потому, что «в прошлый раз помогло». Не настаивайте на рецепте, если врач считает его ненужным.

2. **Строго соблюдать схему лечения.**

Недолеченная инфекция — главная тренировочная база для резистентных бактерий. Соблюдайте дозировку, кратность и, самое главное, длительность приема. Даже если стало лучше на второй день — курс нужно завершить.

3. **Никогда не передавать свои антибиотики другим людям** и не использовать чужие назначения.

4. **Соблюдать гигиену.**

Регулярное мытье рук и соблюдение правил безопасности при приготовлении пищи предотвращают инфицирование, а значит, и потребность в лекарствах.

5. **Своевременно вакцинироваться.**

Прививки по национальному календарю — это не только защита от конкретной болезни, но и вклад в глобальную борьбу с супербактериями.

Антибиотики — это ресурс, который невозможно быстро восполнить. Бактерии эволюционируют за часы, а разработка нового препарата занимает десятилетие. Сохранение их эффективности — общая ответственность каждого пациента.