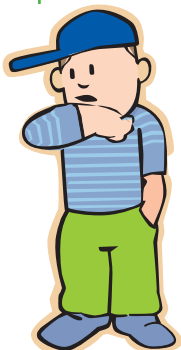


Kako spriječiti širenje najčešćih infekcija?



Najčešće infekcije u izvanbolničkoj populaciji su infekcije gornjih dišnih puteva, koje su najčešće uzrokovane virusima. Od obične prehlade može se oboliti i nekoliko puta godišnje s obzirom da ju može uzrokovati veliki broj različitih virusa. Kod infekcija dišnih puteva najvažnija mjera sprječavanja širenja infekcija je pranje ruku, s obzirom da kod govora, ki-

hanja i kašljanja virusne i bakterijske čestice padaju na okolne površine i rukama ljudi se dalje prenose. Rasipavanje zaraznih čestica će se smanjiti ako se pri kihanju i kašljanju pokriju usta i nos maramicom. Nakon uporabe maramice treba oprati ili dezinficirati ruke! Alternativno pri kihanju i kašljanju usta i nos se mogu prekriti gornjim dijelom rukava s obzirom da se tim dijelom tijela neće dalje dodirivati površine.



Prehlađeni ste?

Imate gripu?

Mirujte, liječite se ali

NE antibioticima!

European Antibiotic Awareness Day Europski dan svijesti o antibioticima

U cijeloj Europi 18. studenog se obilježava kao Europski dan svijesti o antibioticima. Otpornost bakterija na antibiotike je postao važan problem u današnjoj medicini i na ovaj dan se želi skrenuti pažnja da se svi moramo uključiti u odgovorno korištenje ovih lijekova kako bismo njihovu djelotvornost sačuvali i za buduće generacije.

**Europski
dan
svijesti o
antibioticima**



A European Health Initiative



Što su antibiotici?

Antibiotici su lijekovi koji sprječavaju rast bakterija i koriste se u liječenju bakterijskih infekcija. Nisu djelotvorni protiv virusa koji uzrokuju bolesti kao što je gripa, obična prehlada i akutni bronhitis. Te virusne infekcije obično prolaze same od sebe nakon nekoliko dana i liječenje antibioticima ne pruža nikakve koristi.

Što su bakterije i virusi?

Bakterije su mikrobi koji nastanjuju ljudsko tijelo, životinje i biljke, a mogu se naći i u zraku, vodi, tlu.... Većinom su to „dobre“ bakterije bez kojih ne bismo mogli živjeti. Ako se nađu na krivom mjestu u našem organizmu, bakterije mogu uzrokovati bolesti kao što su:

- Upala pluća
- Meningitis (upala moždane ovojnice)
- Infekcije rana
- Neke upale grla i uha
- uroinfekcije

Kad nastane bakterijska infekcija antibiotici mogu ubiti bakterije i time spasiti živote. Zato ih smatramo vrlo dragocjenim lijekovima.

Virusi su puno manji od bakterija i da bi preživjeli trebaju žive stanice. Virusi nisu prirodni stanovnici ljudskog tijela kao bakterije, ali ima puno „blagih“ virusa čiju prisutnost možda ni ne primjećujemo. Virusi uzrokuju bolesti kao što su:

- Obična prehlada
- Akutni bronhitis
- Gripa
- Većina upala grla i uha
- Ospice
- Rubeola
- Virusni hepatitis
- AIDS

Antibiotici NISU djelotvorni protiv virusa.

Zašto je djelotvornost antibiotika ugrožena?

Djelotvornost antibiotika je ugrožena, jer su bakterije iz okoliša i u našem tijelu razvile otpornost na te lijekove. Do toga dolazi zbog prevelikog korištenja antibiotika. Zato trebamo izbjegavati nepotrebnu upotrebu antibiotika, primjerice za liječenje obične prehlade koja je virusna infekcija i antibiotik nije od nikakve pomoći. Svako povišenje tjelesne temperature ne znači da trebate antibiotik! Vaš liječnik zna kad trebate antibiotike. NE koristite antibiotike bez savjeta svog liječnika!

Koje su posljedice otpornosti?

Ako bakterije postanu otporne na lijekove koji se koriste za liječenje infekcija, liječenje bolesnika moglo bi trajati dulje, a bolesnik bi mogao i umrijeti. Primjerice, nekim antibioticima možda se više ne bi mogle liječiti bakterijske infekcije. Zbog toga bi se možda morali koristiti drugi antibiotici, koji bi mogli imati više nuspojava. A korištenje drugih antibiotika rezultirat će time da bakterije postanu otporne i na te lijekove...

Na kraju bismo se mogli naći u situaciji da nemamo više nikakvih lijekova za liječenje infekcija.

