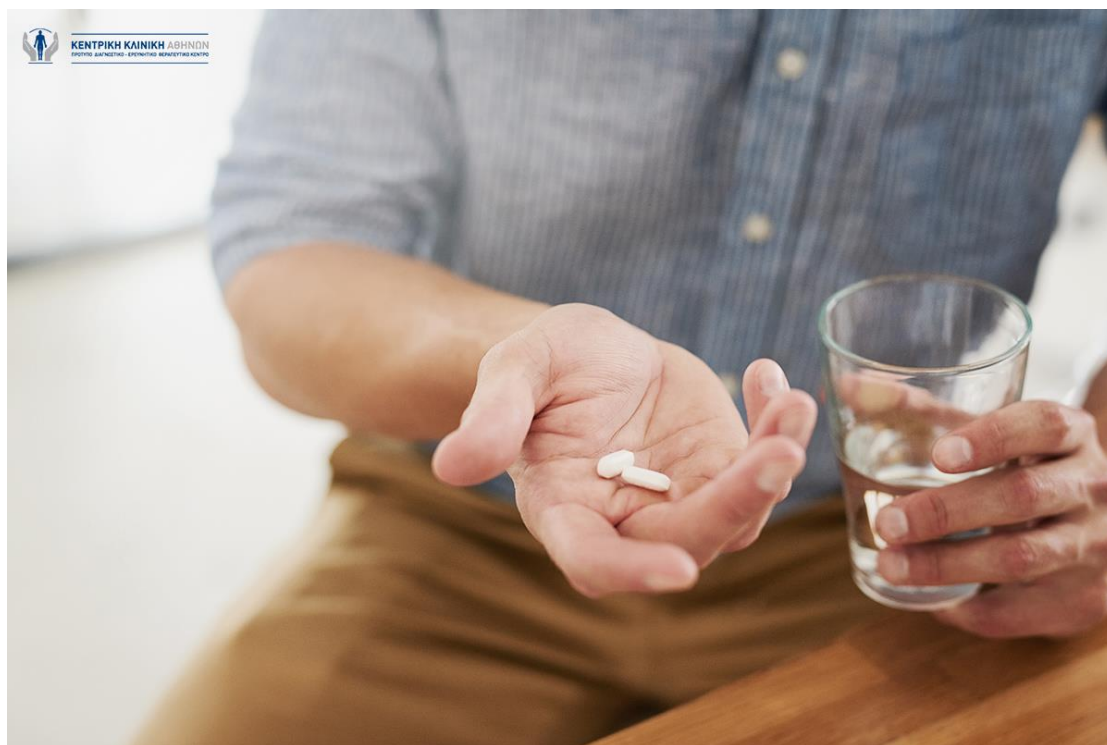


Αντιβιοτικά: Πάντα με μέτρο!

Η έλευση του χειμώνα συνοδεύεται από έξαρση των ιώσεων και μαζί με τις τελευταίες αυξάνεται η χρήση των αντιβιοτικών. Θα πρέπει, ωστόσο, να θυμόμαστε ότι αν αρρωστήσουμε, η λήψη αντιβίωσης δεν είναι πάντα ωφέλιμη και βοηθητική. Για την ακρίβεια, τα αντιβιοτικά μπορεί να προκαλέσουν περισσότερο κακό παρά καλό αν η χρήση τους δεν είναι ορθή.

Αυτό ισχύει στη περίπτωση αντιμετώπισης π.χ. της γρίπης, της ωτίτιδας και γενικότερα ιογενών λοιμώξεων με τη λήψη αντιβίωσης.

Οι λοιμώξεις προκαλούνται είτε από ιούς ή από μικρόβια. **Η αντιβίωση καταπολεμά μόνο τις βακτηριακές λοιμώξεις κι όχι τις ιογενείς.** Μερικές από τις πιο συνηθισμένες βακτηριακές λοιμώξεις είναι η **πνευμονία**, οι **λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος** και οι **μολύνσεις του δέρματος**.



Ανθεκτικά μικρόβια

Επίσης, κάθε φορά που γίνεται λήψη αντιβιοτικών, αυτά σκοτώνουν μεν τα ευαίσθητα βακτήρια, όμως τα ανθεκτικά μικρόβια μπορούν να επιβιώσουν για να αναπτυχθούν και να πολλαπλασιαστούν.

Αυτά τα μικρόβια ονομάζονται «ανθεκτικά στα αντιβιοτικά», και μπορούν να οδηγήσουν σε **σοβαρές λοιμώξεις, νοσηλείες και θάνατο, ειδικά σε άτομα άνω των 65 ετών.**

Θλιβερή πρωτιά

Σχεδόν το ένα τρίτο των αντιβιοτικών που συνταγογραφούνται στις ΗΠΑ δεν είναι κατάλληλα για τις παθήσεις που καλούνται να αντιμετωπίσουν, σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύτηκε στην Εφημερίδα της Αμερικανικής Ιατρικής Ένωσης (JAMA), το Μάιο του 2016.

Στην Ελλάδα, το φαινόμενο της αλόγιστης χρήσης αντιβίωσης είναι ιδιαίτερα εκτεταμένο. Η χώρα μας εμφανίζει το **υψηλότερο ποσοστό κατανάλωσης αντιβιοτικών** εντός και εκτός νοσοκομείων διεθνώς κι ένα από τα **υψηλότερα ποσοστά μικροβιακής αντοχής** στον κόσμο, ειδικά αναφορικά με τις λοιμώξεις.

Ορθή χρήση

Αυτό σημαίνει ότι σε μεγάλο βαθμό η χρήση της αντιβίωσης δε γίνεται ορθά και συχνά οδηγεί σε περισσότερα προβλήματα από αυτά που καλείται να επιλύσει.

Ιδού τρία πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε τα αντιβιοτικά με τον σωστό τρόπο:

- Επικοινωνήστε με το γιατρό σας πριν πάρετε ένα αντιβιοτικό για να βεβαιωθείτε ότι με τη λήψη του όντως αντιμετωπίζεται η λοίμωξη που έχετε.
- Λαμβάνετε αντιβιοτικά για τη θεραπεία **ΜΟΝΟ** βακτηριακών λοιμώξεων. Μη λησμονείτε καμία δόση και ακολουθείτε πιστά το χρονοδιάγραμμα της αγωγής, όπως αυτό ορίζεται από το γιατρό.
- Μη λαμβάνετε ποτέ αντιβιοτικά για ιογενή λοίμωξη, όπως το κοινό κρυολόγημα, ή η γρίπη. Τα αντιβιοτικά δε θα καταπολεμήσουν τον ιό ούτε θα θεραπεύσουν τη ίωση, δε θα αποτρέψουν τη μετάδοση της ασθένειάς σας στους γύρω σας και δε θα σας βοηθήσουν να αισθανθείτε καλύτερα. Στην πραγματικότητα, η λήψη αντιβιοτικών όταν έχετε ίωση, μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο έκθεσής σας σε μια ανθεκτική στα αντιβιοτικά βακτηριακή λοίμωξη στο μέλλον.

Τα αντιβιοτικά δεν αποτελούν πανάκεια για την αντιμετώπιση πάσης φύσεως λοιμώξεων. Ούτε όμως πρέπει να τα φοβόμαστε. Αν τα χρησιμοποιούμε υπεύθυνα, μπορούμε να διασφαλίσουμε ότι θα συνεχίσουν να δίνουν πολύτιμες λύσεις για τη βελτίωση της υγείας μας και στο μέλλον.