

УТВЕРЖДАЮ
Главный внештатный специалист
по медицинской профилактике
Министерства здравоохранения

Омской области
В.А. Бастрыгина

«01» ноября 2024 года

Информационно-методический материал
«Бактерии против лекарств: как защитить себя»

Составитель:
Белозерова М.Ю.
Врач по медицинской профилактике
БУЗОО «Областной центр
общественного здоровья
и медицинской профилактики»

Омск, 2024

Цель: повышение уровня осведомленности населения о проблеме антимикробной резистентности и важности её предупреждения.

Задачи:

- 1.Повышение информированности населения в вопросах правильного использования антибиотиков.
- 2.Повышение ответственности граждан за сохранение своего здоровья.

Введение

Антимикробная резистентность (далее-АМР) – это способность микроорганизмов (бактерий, вирусов, грибов и паразитов) противостоять действию лекарственных препаратов, предназначенных для их уничтожения или подавления роста.

Устойчивость к противомикробным препаратам возникает в результате постепенной мутации микробов и утраты ими восприимчивости к лекарственным препаратам, что затрудняет лечение инфекций и повышает риск распространения, тяжелого течения и летального исхода болезней. Без надлежащих мер ситуация может разрастись до критических масштабов, и тогда человечество столкнется с серьезной угрозой для жизни — даже незначительные травмы и распространенные инфекционные заболевания станут смертельно опасными.

Факторы, способствующие возникновению АМР

1.Нерациональное использование антибиотиков. Люди самостоятельно назначают себе лекарственные препараты с противомикробным действием. Часто используют антибиотики для лечения вирусных заболеваний, неправильно подбирают нужную дозировку, не учитывают необходимую кратность приема и нужный курс лечения.

2.Незавершенный курс лечения. Если прекратить приём антибиотиков раньше, чем предписано врачом, в организме образуется недостаточная концентрация противомикробного средства, вследствие чего микробы не погибают, а успевают вырабатывать защитные механизмы от воздействия препарата.

3.Поздно начатое лечение. Чем дольше инфекция прогрессирует без лечения, тем больше времени у патогенов для размножения. Это приводит к увеличению вероятности того, что в популяции микроорганизмов появятся мутации, обеспечивающие резистентность к антибиотикам.

4.Широкое использование антибиотиков в сельском хозяйстве. Противомикробные препараты используются в скотоводстве и птицеводстве. Побочным действием их чрезмерного использования является то, что после выведения из организма они проникают в почву и задерживаются в ней, впоследствии накапливаясь в растениях. Через почву антибиотики попадают

в воду и распространяются на значительные расстояния, что приводит к распространению резистентных микроорганизмов в окружающей среде.

5.Отсутствие новых антибиотиков. Разработка новых антимикробных препаратов происходит медленнее, чем появление новых устойчивых микроорганизмов.

Что делать, чтобы избежать антимикробной резистентности?

1.Принимайте антибиотики только по назначению врача. Только врач может определить, действительно ли необходимы антибиотики, какой именно препарат следует использовать и в какой дозировке, а также определить продолжительность курса лечения. Если вам, когда - то помог конкретный препарат, нельзя принимать его при схожих симптомах без назначения врача – лекарство может не помочь, если инфекция вызвана другим микроорганизмом, с иной чувствительностью к антибиотикам.

2.Завершайте курс лечения. Следуйте строго предписаниям врача по дозировке и продолжительности курса, даже если Вы чувствуете себя лучше.

3.Не используйте антибиотики, оставшиеся от предыдущего лечения. Неиспользованные антибиотики могут потерять свою эффективность или стать средой для размножения резистентных бактерий. Выбрасывание оставшихся антибиотиков — это не только бесполезно, но и потенциально опасно. Они могут попасть в окружающую среду и способствовать распространению АМР. Если у Вас остались ненужные лекарства, узнайте у фармацевта о правильной процедуре их утилизации.

4.Помните, что в борьбе с вирусными инфекциями антибиотики бесполезны. Антибиотики эффективны только против бактерий, а не вирусов. Применение антибиотиков при вирусных инфекциях способствует развитию антимикробной устойчивости.

5.Своевременная вакцинация. Своевременно вакцинируйтесь в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок. Вакцины защищают от множества бактериальных и вирусных инфекций, уменьшая количество случаев заболеваний, требующих антибиотикотерапии.

6.Мойте руки чаще. Частое и правильное мытье рук с мылом, использование антисептических средств для обработки рук значительно уменьшает количество микроорганизмов на коже. Это предотвращает передачу патогенов от человека к человеку, включая те, которые уже обладают резистентностью к антибиотикам.

7.Защита от инфекций, передающихся половым путем (далее-ИППП). Использование барьерного метода контрацепции (презервативы) помогает предотвратить передачу ИППП. Поскольку ИППП могут привести к необходимости назначения антибиотиков, их профилактика снижает риск чрезмерного и нецелевого применения противомикробных препаратов.

8.Гигиена питания. Правильное хранение, приготовление и обработка пищевых продуктов важны для предупреждения пищевых инфекций, вызванных бактериями. Снижая количество пищевых инфекций, мы

уменьшаем случаи, когда антибиотики необходимы, тем самым способствуя борьбе с антимикробной устойчивостью.

Литература:

1. Власова Т. В., Петрова Е. Н. Анализ причин антимикробной резистентности. // Журнал инфекционных болезней. – 2021. – Т. 19, № 2. – С. 45-50.
2. Боброва Н. А., Иванаев В. Н. Антимикробная резистентность: современные аспекты и проблемы. // Клинико-диагностическая лаборатория. – 2020. – Т. 24, № 3. – С. 15-20.
3. Шевченко А. В. Антимикробная резистентность: учебное пособие. – М.: Издательство «Медпринт», 2021. – 258 с.