



## ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ АНТИБИОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТИ

Решение ситуации с устойчивостью бактерий к антибиотикам в руках человека. Полностью избавиться от этой проблемы, скорее всего, невозможно, но можно ее замедлить и даже сократить.

**На уровне обычных людей антибиотикорезистентность можно предупредить:**

- отказом от самолечения;
- тщательным соблюдением схемы лечения противомикробными средствами, назначенной врачом;
- вакцинированием, способным защитить от серьезных заболеваний;
- тщательной гигиеной, обязательной дезинфекцией ран, царапин;
- ответственным отношением к своему здоровью.

Изменение порядка назначения и использования антибиотиков также должно сопровождаться дополнительными мерами по сокращению распространения инфекций, которые может соблюдать каждый из нас, к ним относятся:

- прием антибиотиков только по назначению квалифицированного врача;
- никогда не требовать антибиотики, если врач уверяет, что в них нет необходимости;
- всегда соблюдать рекомендации врача по использованию антибиотиков;
- никогда не давать свои антибиотики другим лицам;
- своевременная вакцинация;
- мытье рук;
- избегание контакта с больными;
- безопасный секс;
- гигиена питания.

### Заключение

1. Антибиотики должен назначать только врач.

2. Нерациональное назначение и применение антимикробных препаратов приводит к устойчивости бактерий и, при возникновении бактериального заболевания, тот антибиотик, который назначался нерационально, может не подействовать.

3. Острые респираторные вирусные инфекции — вызываются вирусами. А антибиотики созданы для борьбы с бактериями.

