



SAMODZIELNY ZESPÓŁ  
PUBLICZNYCH ZAKŁADÓW  
LECZNICTWA OTWARTEGO  
WARSZAWA BIAŁOLEKA - TARGÓWEK

18 listopada – Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach

**Działajmy wspólnie  
aby utrzymać skuteczność  
antybiotyków**

Epidemia antybioopornych bakterii nadal trwa

Stosuj antybiotyki rozważnie

Nadużywane tracą skuteczność

Przyjmuj tylko te przepisane przez lekarza

Nie wymuszaj przepisania przez lekarza



Ministerstwo Zdrowia



NARODOWY PROGRAM ZDROWIA



Państwowy Instytut Higieny



ANTYBIOTYKI



Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach

Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025  
finansowane przez Ministra Zdrowia

Dzisiaj obchodzimy Europejski Dzień Wiedzy o Antybiotykach. Dzień ten został ustanowiony w 2008 roku przez Komisję Europejską, a jego celem jest podniesienie świadomości społeczeństwa, polityków i specjalistów medycznych w zakresie zjawiska narastania oporności na antybiotyki wśród drobnoustrojów powodujących poważne zakażenia. Powszechny dostęp do antybiotyków i stosowanie ich nawet wtedy, gdy nie jest to wskazane, prowadzi do antybiooporności.

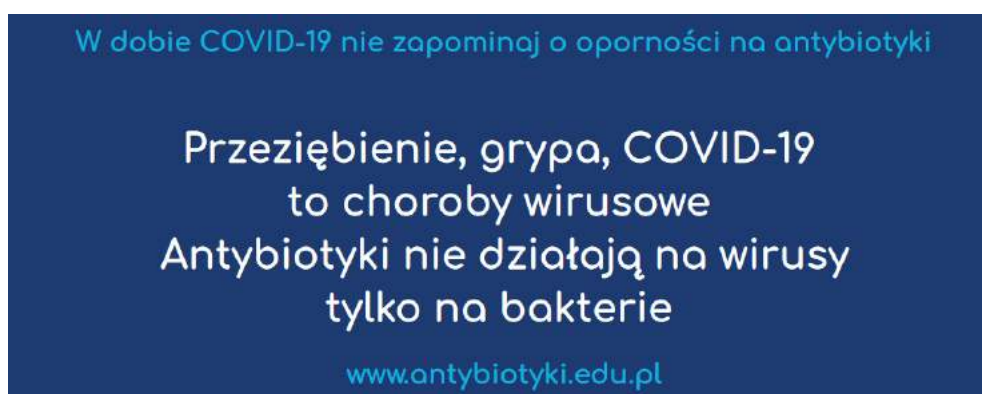
### **Antybiotyki stały się obecnie lekami, których skuteczność jest zagrożona!**

Szerzenie wiedzy na temat problemu oporności na środki przeciwdrobnoustrojowe, pozwoli zmniejszyć skalę tego zjawiska. Dlaczego to takie istotne? Antybiotyki pomagają nam w walce z chorobami wywołanymi przez bakterie. Tylko stosowanie ich zgodnie z zaleceniami lekarza, pozwoli na ich właściwe działanie.

## Zapamiętajmy:

- ❖ Antybiotyki nie działają na wirusy – nie zażywajmy ich podczas przeziębienia, grypy, choroby COVID-19.
- ❖ Stosowanie antybiotyków powinno trwać dokładnie tyle, ile zalecił lekarz – sami nie odstawiamy antybiotyków, kiedy tylko uznamy, że poczuliśmy się lepiej. Nie próbujmy również przekonywać lekarza, żeby przepisał nam kolejne opakowanie antybiotyku.
- ❖ Nie przyjmujemy antybiotyków pozostałych po poprzednich infekcjach – jeśli zostanie nam jakiś antybiotyk, najlepiej zapytajmy w aptece co z nim zrobić.

Niestety, Polska jest krajem, w którym mocno nadużywa się antybiotyków. Wiele osób nadal uważa, że antybiotyki leczą przeziębienia i grypę. Powszechne jest również stosowanie antybiotyków z polecenia, zamiast słuchanie wskazówek lekarzy czy przechowywanie leków na zapas. Takie działania prowadzą do powstawania szczepów bakterii, na które antybiotyki nie działają.



## Co jeszcze warto wiedzieć?

- ➔ Antybiotyki powinno się przyjmować o określonych godzinach, aby utrzymać ich stałe stężenie we krwi.
- ➔ Niektórych antybiotyków nie należy łączyć z jedzeniem czy innymi lekami, dlatego zaleca się stosowanie ich godzinę przed lub dwie godziny po posiłku. Starajmy się zapisywać zalecenia lekarza oraz czytać ulotkę dołączoną do opakowania.
- ➔ Antybiotyków nie powinno się traktować jako środków przeciwbólowych czy uniwersalnego lekarstwa.
- ➔ Przez cały okres przyjmowania antybiotyku, powinno się stosować probiotyk, w celu zmniejszenia ryzyka biegunki związanej z antybiotykoterapią.

Zawsze, kiedy to możliwe, zapobiegajmy zakażeniom szczepiąc się. Pamiętajmy również o regularnym i dokładnym myciu rąk (np. po kichnięciu) zanim kogoś lub czegoś dotkniemy. Dbanie o higienę, minimalizowanie ryzyka zakażenia oraz stosowanie leków zgodnie z przeznaczeniem i zaleceniami to klucz do lepszego zdrowia, oszczędności i ochrony środowiska.

### Źródło:

[https://www.gov.pl/web/psse-belchatow/europejski-dzien-wiedzy-o-antybiotykach-2022?fbclid=IwAR1NrN\\_2bYafouHnqcSPk6Qc7D-EqsJqogZLGCQOQolxwBxrsOu2MCssAAU](https://www.gov.pl/web/psse-belchatow/europejski-dzien-wiedzy-o-antybiotykach-2022?fbclid=IwAR1NrN_2bYafouHnqcSPk6Qc7D-EqsJqogZLGCQOQolxwBxrsOu2MCssAAU)