



Антибиотико-
резистентность -
глобальная
угроза!

<< СТР. 1



Что такое
пневмония и
чем она опасна

<< СТР. 3



Любимая
газета-
в онлайн-
формате.
Переходите
в группу
по QR - коду.

Неделя борьбы с антимикробной резистентностью

Антибиотикорезистентность - глобальная угроза!

Антибиотики — это лекарства, предназначенные для уничтожения или подавления роста бактерий. Они используются для лечения бактериальных инфекций, так как неэффективны против вирусных заболеваний.

Об опасностях неправильного применения антибиотиков рассказал заведующий отделением профилактики ГБУ «Курганская поликлиника №2» Позднякова Ксения Александровна



Антибиотики применяются при различных заболеваниях, вызванных бактериальной инфекцией, таких как:

- Ангина и тонзиллит
- Пневмония
- Бактериальные инфекции мочевыводящих путей
- Сепсис
- Бактериальный гастроэнтерит
- Кожные инфекции (например, фурункулы, раны)
- Отиты (воспаление уха)
- Бронхиты и бронхопневмонии

Важно помнить, что антибиотики назначает врач, так как их неправильное применение может привести к развитию резистентности бактерий и другим осложнениям.

Антибиотики продаются только по рецепту по нескольким важным причинам:

1. Правильное лечение: Для назначения правильного антибиотика и его дозировки необходимо определить причину заболевания и выбрать препарат, соответствующий типу инфекции.

2. Предотвращение неправильного использования: Самолечение или неправильное применение антибиотиков может привести к развитию устойчивости бактерий, ухудшению состояния и появлению побочных эффектов.

3. Безопасность пациента: Врач учитывает возможные аллергии, взаимодействия с другими лекарствами и особенности здоровья пациента.

4. Контроль за использованием: Ограничение продажи помогает контролировать распространение антибиотиков и

предотвращает их чрезмерное использование.

Это делается для того, чтобы защитить здоровье пациентов и сохранить эффективность антибиотиков для будущих поколений.

Нерациональное употребление антибиотиков и самолечение могут привести к серьезным последствиям, таким как:

1. Развитие устойчивости бактерий (антибиотикорезистентности) — бактерии становятся устойчивыми к препаратам, что усложняет лечение инфекций в будущем и повышает риск осложнений.



2. Побочные эффекты — аллергические реакции, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, нарушения микрофлоры организма.

3. Обострение заболеваний — неправильное лечение может привести к тому, что инфекция не будет полностью излечена или перейдет в хроническую форму.

4. Появление суперинфекций

— рост устойчивых бактерий может вызвать новые, более тяжелые инфекции.

5. Экономические потери — дополнительные расходы на лечение осложнений и более сложных форм заболеваний.

6. Потеря эффективности антибиотиков — в будущем лекарства могут перестать работать из-за массового неправильного использования. Поэтому важно использовать антибиотики только по назначению врача и строго соблюдать рекомендации по их приему.

Антибиотикорезистентность формируется под воздействием нескольких факторов, связанных с неправильным и чрезмерным использованием антибиотиков. Основные механизмы и причины включают:

1. Неправильное использование антибиотиков: прием лекарств без назначения врача, недолечивание курса, прием не по показаниям или при вирусных инфекциях, при которых антибиотики неэффективны.

2. Чрезмерное и неконтролируемое применение: массовое использование антибиотиков в медицине, сельском хозяйстве и животноводстве создает давление на бактерии, стимулируя их развитие устойчивости.

3. Быстрое генетическое изменение бактерий: бактерии могут приобретать гены устойчивости через мутации

или обмен генетическим материалом (например, через плазмиды), что позволяет им выживать при воздействии антибиотиков.

4. Недостаточная гигиена и контроль: плохие санитарные условия способствуют распространению устойчивых бактерий.

5. Побочные эффекты антибиотиков: уничтожение полезной микрофлоры организма создает условия для роста устойчивых бактерий.



Эти факторы создают естественный отбор, при котором устойчивые бактерии выживают и размножаются, передавая свои гены устойчивости другим бактериям. В результате развивается глобальная проблема — устойчивость к антибиотикам, которая усложняет лечение инфекций и повышает риск смертности.

Для противодействия развитию устойчивости бактерий к антибиотикам каждый человек может принять ряд важных мер:

1. Использовать антибиотики

только по назначению врача: никогда не заниматься самолечением и не принимать препараты без рекомендации специалиста.

2. Завершать полный курс лечения: даже если симптомы исчезли, важно закончить все назначенные дозы, чтобы полностью устранить инфекцию и предотвратить развитие резистентных бактерий.

3. Не использовать антибиотики для вирусных инфекций: антибиотики неэффективны против простуды, гриппа и других вирусных заболеваний.

4. Соблюдать правила гигиены: регулярное мытье рук, использование антисептиков, правильное хранение продук-



тов помогает снизить распространение бактерий.

5. Поддерживать здоровье иммунной системы: сбалансированное питание, физическая активность, достаточный сон помогают организму бороться с инфекциями без необходимости применения антиби-

отиков.

6. Избегать чрезмерного использования антибиотиков в сельском хозяйстве: поддерживать инициативы и требования по ограничению использования антибиотиков в животноводстве.

7. Информировать окружающих: просвещать близких и общество о важности рационального использования антибиотиков.

Каждый человек, соблюдая эти принципы, способствует снижению развития устойчивых бактерий и помогает сохранить эффективность антибиотиков для будущих поколений.

Что такое пневмония и чем она опасна

Пневмония — острое инфекционное заболевание нижних отделов дыхательных путей с очаговым поражением респираторных отделов легких (альвеол).

В норме альвеолы (небольшие воздушные камеры) наполнены воздухом, в них происходит газообмен (выделение из крови углекислого газа и поступление в нее кислорода). При пневмонии они воспаляются и заполняются экссудатом (жидкостью, выделяющейся при воспалении) и гноем. Это может затруднять дыхание и поступление кислорода в кровь.



Пневмониями болеют люди любого возраста. Чаще болезнь диагностируется у детей до 2 лет и у пациентов в возрасте 60+.

Заболеваемость пневмониями среди взрослых в России со-

ставляет 410 человек на 100 тыс. населения.

В структуре смертности от болезней органов дыхания в РФ на долю пневмоний приходится 41,9%.

Вероятность неблагоприятного исхода зависит от возраста пациента, тяжести течения пневмонии и сопутствующих заболеваний.

Причины

Причинами пневмонии могут быть бактерии, вирусы и грибы. Наиболее часто заболевание вызывает пневмококк (*S. pneumoniae*) — на его долю приходится до 30–50% случа-

ев заболевания, микоплазма (*M. pneumoniae*) и хламидии (суммарно – 20–30% случаев заболеваний), гемофильная палочка (*Haemophilus influenzae* типа b), а также респираторные вирусы (грипп, коронавирус, респираторно-синцитиальный вирус и др.). Частота выявления респираторных вирусов у пациентов с пневмонией увеличивается в холодный сезон.

Изображение от DC Studio на Freepik



Для развития пневмонии большое значение имеют predisposing факторы – в частности, курение любого вида изделий (повышает восприимчивость к инфекциям), иммунодефициты, снижение защитных сил организма (например, стресс, переохлаждение, нерациональное питание), наличие хронических заболеваний (хронической обструктивной болезни легких, хронического бронхита, сахарного диабета, сердечной недостаточности и др.). Пневмонии чаще диагностируются у больных онкологическими и аутоиммунными заболеваниями, у ВИЧ-инфицированных и у людей, получающих лучевую, иммуносупрессивную и химиотерапию.

Пневмонии нередко развиваются у лежачих пациентов – этому способствуют застойные явления в малом круге кровообращения из-за долгого нахождения в горизонтальном положении и гиповентиляция легких.

Симптомы

Для пневмонии характерны:

- внезапный быстрый подъем температуры до 38–40 градусов;
- интоксикация организма – слабость, утомляемость, сонливость, головная боль, ломота в суставах;
- сухой кашель (возникает на 3–4 день заболевания), который через несколько дней становится влажным с отхождением мокроты (ржавой или серозно-гнойной);
- боль в грудной клетке со стороны пораженного легкого, усиливающаяся при кашле и дыхании, если вовлечена плевра;
- хрипы в грудной клетке;
- одышка – признак дыхательной недостаточности;
- сильное потоотделение по ночам.

Возбудители пневмонии могут распространяться несколькими путями.

- Патогенные вирусы и бактерии, обитающие в ротоглотке при их носительстве, могут инфицировать легкие при микроаспирациях (попадании) слизи в дыхательные пути.
- Патогены могут попадать в дыхательные пути воздушно-капельным путем при контак-

тесным.

- Попадать в легкие через кровь при наличии внелегочного очага инфекции.

Инфекционные возбудители, проникшие в легкие, прикрепляются к поверхности эпителия бронхов и начинают активно размножаться. Это вызывает активацию иммунной системы и развитие воспалительного процесса.

Изображение от Freepik



Для борьбы с патогеном организм вырабатывает большое количество цитокинов – биологически активных веществ. Чрезмерный иммунный ответ приводит к повреждению собственных тканей организма, в том числе – легочной.

Микробные агенты продуцируют токсины, которые вызывают воспаление с выработкой экссудата внутри альвеол. Воспалительный процесс может быть односторонним (поражающим одно легкое) или двусторонним.

В зависимости от объема поражения различают очаговую, сегментарную, долевую пневмонию.

Лечение пневмонии предполагает:

- Прием антибактериального препарата — оптимально — не позднее 8 часов с момента установления диагноза. При пневмонии вирусной этиологии антибактериальный препарат назначают только при присоединении бактериальной инфекции.
- Использование муколитического препарата, если вязкая трудноотделяемая мокрота.
- При необходимости ингаляции бронхолитического препарата, если развился бронхоспазм.
- Респираторная поддержка (при необходимости) — подача кислорода через маску или носовые канюли, в тяжелых случаях — неинвазивная или искусственная вентиляция легких в стационаре.
- Временное ограничение физической нагрузки, потребление жидкости в достаточном объеме, обязательный отказ от курения.
- Тщательный контроль параметров и терапии имеющихся других заболеваний (уровня артериального давления при

Изображение от benzolk на Freepik

гипертонии и гипотонии, симптомов бронхиальной астмы, уровня глюкозы крови при сахарном диабете, креатинина при почечной недостаточности и др.)

- Учет совместимости препаратов.

Профилактика

Наиболее эффективным средством профилактики пневмонии считается вакцинация от пневмококковых инфекций и гриппа. В холодный сезон рекомендуется избегать переохлаждения.

Также следует поддерживать иммунитет с помощью здорового образа жизни, рационального питания, разумной физической активности, отказа от курения и алкоголя. Хороший эффект дает закаливание организма.

У лежачих и маломобильных пациентов дополнительный защитный эффект дает выполнение дыхательной и лечебной гимнастики, применение при наличии показаний приборов, способствующих очищению нижних дыхательных путей от застаивающегося из-за гиподинамии физиологи-

чески образующегося респираторного секрета.

Пневмония часто возникает как осложнение респираторных заболеваний. Поэтому их нельзя переносить на ногах. При любом ОРВИ следует обращаться к врачу.

Пневмония — грозное заболевание, которое требует незамедлительного и интенсивного лечения под врачебным контролем. Симптомы пневмонии могут сохраняться на протяжении четырех недель, а полное восстановление занимает около шести месяцев.

При неблагоприятном течении возможно развитие опасных осложнений — плеврита, абсцесса легкого, сепсиса, острой дыхательной недостаточности.

Среди причин смертности населения пневмония занимает четвертое место. Смертность от пневмонии высока среди пациентов старшего возраста и маленьких детей.

Риск тяжелого течения заболевания и неблагоприятного исхода повышает позднее обращение к врачу. При своевременном обращении за медицинской помощью и правильно подобранном лечении пневмония успешно лечится и не приводит к осложнениям.

После перенесенной пневмонии необходимо диспансерное наблюдение не менее одного года с контрольной оценкой показателей здоровья.

Изображение от Freepik

Осложнения при ОРВИ: почему они возникают?

Каждый из нас ежегодно сталкивается с вирусами, вызывающими ОРВИ. Протекают заболевания, как правило, в легкой форме. И, возможно, именно это становится причиной легкомысленного отношения к ним: многие переносят болезнь «на ногах» и пренебрегают лечением, надеясь, что простуда пройдет бесследно. Организм, ослабленный борьбой с вирусной инфекцией, становится уязвимым для воздействия болезнетворных бактерий. Это повышает риск присоединения бактериальных осложнений, которые могут нарушить работу органов дыхания и других систем.

- Синуситы — воспаление околоносовых пазух. Одна из распространенных разновидностей синусита — гайморит. Его можно распознать по желто-зеленым выделениям из носа, головной боли, болезненности в области глаз и носа, нарастающей при наклоне корпуса вперед.

- Бронхит — воспаление слизистой оболочки бронхов бактериального или вирусного характера. Для него характерны кашель (часто с выделениями), одышка, слабость, иногда повышение температуры.

- Пневмония — воспаление легочной ткани. Может быть, как вирусным (когда возбудитель поражает легочную ткань),

так и бактериальным (из-за проникновения болезнетворных бактерий). Если после улучшения самочувствия вновь поднялась температура, дышать стало тяжелее, появились мучительный кашель, головная боль, общая слабость, снизился аппетит, необходимо срочно показаться специалисту.



Осложнения со стороны других органов

- Поражение уха (отит). Вирусная инфекция провоцирует отек слизистых оболочек, в том числе и в слуховой трубе, что мешает жидкости и воздуху полноценно перемещаться. Так создается идеальная среда для размножения бактерий. При отите появляется острая боль в ушах, снижается острота слуха, больной ощущает заложенность и покалывание.

- Поражение почек. Осложнения на почки встречаются редко, но могут привести к серьезным последствиям. Заподозрить проблему несложно: моча становится темнее, коли-

чество мочеиспусканий сокращается, появляются отеки.

- На суставы. Вирусные инфекции могут привести к поражению суставов — так называемому реактивному артриту, симптомы которого дают о себе знать спустя 2-4 недели после клинических проявлений ОРВИ. Характеризуется сильной болью и отеком сустава, ухудшением его подвижности, повышением температуры тканей вокруг воспаленного сустава и покраснением кожи.

- Сердечно-сосудистые патологии:

✓ Вирусный миокардит — воспалительное повреждение сердечной мышцы, атакованной вирусами. Его последствия могут быть серьезными, вплоть до развития тяжелой сердечной недостаточности, требующей трансплантации сердца.

✓ Перикардит — воспаление оболочки, окружающей сердце.

✓ Обострение хронических заболеваний сердца. Например, стенокардии или мерцательной аритмии.

✓ Риск тромбообразования. Осложнения на сердце возникают не сразу, а через 2-3 недели после перенесенной инфекции. Проявляются одышкой, болью в груди, учащенным сердцебиением, перебоями в сердечном ритме, сла-

бостью и головокружением.

- Нейроинфекции. Одно из самых опасных последствий вирусной инфекции — поражение головного или спинного мозга (менингит, энцефалит) или нервов (неврит). Насторожить должно появление следующих симптомов: сильная слабость, головные боли, тошнота и рвота, судороги, потеря сознания.

- Синдром Рейе (Рея) — угрожающее жизни заболевание, которое характеризуется острой печеночной недостаточностью и быстро прогрессирующей энцефалопатией (отеком головного мозга), когда к тошноте и многократной рвоте постепенно присоединяются вялость, спутанность сознания, галлюцинации и судороги.

- Аутоиммунный тиреоидит — заболевание, при котором иммунная система начинает разрушать структуру щитовидной железы, уничтожая ее клетки. Проявляется общей слабостью, разбитостью, потливостью, быстрой утомляемостью, раздражительностью, периодическими головными болями, болями в мышцах, ломотой в теле, повышением температуры тела, снижением веса.

- Сахарный диабет (I и II типа) — хроническое заболевание, связанное с нарушением обмена глюкозы в организме. После ОРВИ чаще проявляется у пациентов с преддиабетом. На развитие диабета могут указывать частые мочеиспускания, потеря веса при повышенном чувстве голода, су-

хость кожи, вялость, апатия, быстрая утомляемость, резкая головная боль, обмороки и другие симптомы.

Некоторые осложнения (отиты, синуситы, бронхиты, пневмонии и др.) наступают еще во время ОРВИ или сразу после выздоровления. Отсроченные осложнения (миокардиты, сердечная недостаточность, тромбозы, аутоиммунные тиреоидиты, сахарный диабет и другие) манифестируют через несколько недель или даже месяцев.

Изображение от mojaff на Freepik



Симптомы, при которых нужна неотложная медицинская помощь:

1. Затруднение дыхания, одышка в покое.
2. Посинение губ и кончиков пальцев (цианоз).
3. Спутанность сознания, выраженная сонливость.
4. Судороги на фоне высокой температуры.
5. Отказ от питья более 8 часов (особенно у детей).
6. Невозможность говорить полными предложениями из-за одышки.
7. Сильная боль в груди.
8. Резкое снижение артериального давления.

9. Пульс более 100 ударов в минуту в покое.

10. Частое дыхание (в покое более 24 дыханий в минуту).

11. Гипоксемия ($SpO_2 < 95\%$ или снижение на 3% и более от обычного уровня).

12. Наличие очаговых изменений на рентгенограмме грудной клетки.

13. Некупируемая гипертермия.

Кто в группе риска

Осложнения чаще развиваются у пациентов из групп риска:

- у детей
- пожилых людей (старше 65 лет)
- онкологических больных
- при иммунодефицитах
- у пациентов с хроническими заболеваниями (легочной, сердечно-сосудистой и эндокринной систем, хронические болезни почек и печени, иммунодефицитные состояния). Тяжелые и среднетяжелые ОРВИ нередко вызывают у этих людей декомпенсацию течения и/или развитие осложнений хронических заболеваний. Этим группам пациентов часто требуются реабилитационные мероприятия.

Как избежать осложнений

— Не игнорировать болезнь, взять больничный и перестать ходить на работу/учебу. Организм ослаблен и восприимчив к бактериям и вирусам, которых в общественных местах предостаточно.

— Не заниматься самолечением, соблюдать рекомендации врача. Принимать лекарственные препараты соглас-

но инструкции, выполнять все необходимые процедуры.

— Не принимать антибиотики без назначения врача. Если их все-таки прописали, строго соблюдать указания о дозах и длительности приема.

— Не перегреваться и не переохлаждаться в первые дни болезни. Не давать организму серьезных или длительных фи-

зических нагрузок.

— Не прекращать лечение хронических заболеваний во время ОРВИ.

— Обсудить с лечащим врачом, какие лекарства для лечения ОРВИ совместимы с регулярно принимаемыми для лечения хронических заболеваний препаратами.

— В период восстановления

уделять внимание восстановлению сил. Здоровый сон, разнообразное питание, прием витаминных комплексов, прогулки на свежем воздухе, дозированная лечебная гимнастика помогут организму восстановиться и не позволят развиться осложнениям.

По материалам портала
Минздрава России takzdorovo.ru

Детский организм и лекарства

Учитывайте вес и возраст вашего ребёнка

Детские дозировки часто выражаются в возрастных диапазонах (например, дети в возрасте от 2 до 6 или от 6 до 12 лет), но важен не только этот параметр.

Дети могут сильно различаться по размеру в любом возрасте, поэтому нужно учитывать вес ребенка для определения дозы препарата.

Внимательно читайте инструкцию перед применением препарата

Например, многие препараты от простуды также содержат парацетамол. Прием лекарств с разными названиями, но содержащими парацетамол, может привести к передозировке.

Кроме того, комбинированные лекарства могут вызывать больше побочных эффектов.



Обязательно прочтите список активных веществ для каждого лекарства, которое даёте, и убедитесь, что общее количество не превышает дозировку.

Отмеряйте лекарство правильно

- Не используйте обычные чайные ложки, потому что они отличаются по размеру, и можно ошибиться с дозировкой лекарства.

- Используйте мерные стаканчики, ложки или шприцы, которые идут в комплекте с жидкими лекарствами.

Всегда проверяйте внешний вид лекарственного препарата

Перед использованием лекарства обратите внимание на:

- упаковку: на крышке и уплотнениях не должно быть повреждений (порезов, надрезов или разрывов);

- этикетку на внутренней упаковке чтобы убедиться, что это подходящее лекарство;

- цвет, форму и запах если заметили что-то необычное, обратитесь к фармацевту.

Не позволяйте детям принимать лекарство самостоятельно

Если дети найдут лекарство, они могут подумать, что это конфета, и съесть его. Всегда используйте колпачки, защищающие от детей, и храните лекарства в безопасном месте. Закрывайте крышку после каждого использования.