

# Памятка по антимикробной резистентности

**АНТИБИОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТЬ** – это нечувствительность или устойчивость возбудителей инфекционных болезней к антибактериальным препаратам, которые предназначены для борьбы с ними.

Антибиотикорезистентность затрудняет лечение инфекций и повышает риск распространения, тяжелого течения и летального исхода болезней.

Ненадлежащее и нерациональное использование антибиотиков



Устойчивость к антибактериальным препаратам!

## Вы можете помочь бороться с устойчивостью к антибиотикам

- ▶ **Не спешите принимать антибиотики при симптомах простуды.** Простудные заболевания могут быть вызваны вирусами, при которых прием препаратов для лечения бактериальных инфекций эффекта не даст.
- ▶ **Принимайте антибиотики только по назначению врача**  
Всегда соблюдайте рекомендации при использовании антибиотиков (не изменяйте дозировку, кратность и длительность приема)
- ▶ **Доводите назначенный курс антибиотиков до конца**
- ▶ **После приема антибиотиков важно восстановить микрофлору кишечника**
- ▶ **Никогда не давайте свои антибиотики другим лицам и не используйте препараты, оставшиеся от предыдущего назначения**
- ▶ **Рационально используйте антибактериальные препараты в сельском хозяйстве, рыболовстве.**

## Предотвращайте инфекции

- ▶ **Своевременно вакцинируйтесь.** Привитые люди реже сталкиваются с инфекциями и защищены от возможных осложнений в виде вторичных инфекций, при которых может потребоваться назначение противомикробных препаратов или госпитализация.
- ▶ **Берегите себя и других.** Избегайте контактов с больными людьми. Если Вы заболели, меньше контактируйте с другими людьми. При невозможности избежать контакта используйте средства индивидуальной защиты.
- ▶ **Соблюдайте правила личной гигиены** (гигиену тела, гигиену индивидуального питания, гигиену одежды и обуви, гигиену жилища)
- ▶ **Соблюдайте правила гигиены при приготовлении пищи:** поддерживайте чистоту, разделяйте готовые и сырые продукты, мойте фрукты и овощи, яйца, хорошо проваривайте, прожаривайте или запекайте пищу. Используйте кипяченую или бутилированную воду. Используйте для приготовления пищи только свежие продукты (смотрите сроки годности).
- ▶ **Обязательно дезинфицируйте раны, царапины**

