



ZDROWIA BEZ ANTYBIOTYKÓW

© Crown copyright 2008
 Produced by COI for the Department of Health
 284682/Pol 1p Feb08
 First published February 2008

If you require further copies of this title quote *284682/
 Get well soon without antibiotics*

and contact:
 DH Publications Orderline
 E-mail: dh@prolog.uk.com
 Tel: 08701 555 455
 Fax: 01623 724 524
 Textphone: 08700 102 870
 (8am to 6pm, Monday to Friday)

www.nhs.uk/antibiotics

Polish



50% recycled
When you have finished with this leaflet please recycle it.

Wróć do zdrowia bez antybiotyków

Niniejsza ulotka wyjaśnia potrzebę sięgania po odpowiednie leki na powszednie choroby – takie jak przeziębienia i kaszel – unikając wtórnego uodpornienia na antybiotyki.

Jak należy leczyć przeziębienie?

Najlepsza metoda leczenia większości przeziębień, kaszlu czy bólu gardła to przyjmowanie dużej ilości płynów i odpoczynek. Przeziębienie może trwać około dwóch tygodni i może zakończyć się kaszlem z flegmą. Wiele leków na takie objawy – na przykład paracetamol – dostępnych jest bez recepty. Poproś aptekarza o poradę. Pójdź do lekarza, jeśli przeziębienie trwa dłużej niż trzy tygodnie, lub jeśli dostajesz zadyszki czy masz bóle w klatce piersiowej, albo cierpisz na chorobę dróg oddechowych.

A co z moimi dziećmi, które często się przeziębają?

Dzieci bardzo często łapią przeziębienia i kaszel, szczególnie gdy zaczną szkołę i stykają się z innymi dziećmi. Poproś aptekarza o poradę. Jeśli objawy nie ustępują i niepokoisz się, zaprowadź dzieci do lekarza, ale nie oczekuj, że otrzymasz receptę na antybiotyki.

Co to są antybiotyki?

Antybiotyki to ważne lekarstwa wykorzystywane do leczenia infekcji bakteryjnych. Bakterie mogą się adaptować, aby przetrwać efekty antybiotyku. Stają się 'odporne na antybiotyki' – antybiotyk przestaje wtedy działać. Im częściej używamy antybiotyki, tym bardziej prawdopodobne, że bakteria się na nie uodporni. Niektóre bakterie powodujące infekcje w szpitalach, takie jak MRSA, uodpornione są na szereg antybiotyków.

Dlaczego nie należy używać antybiotyków do leczenia przeziębień?

Wszystkie przeziębienia oraz większość przypadków kaszlu i bólów gardła spowodowane są przez wirusy. Antybiotyki nie są skuteczne przeciw infekcjom takim jak przeziębienia, które są spowodowane przez wirusy. Infekcje wirusowe są dużo bardziej powszechne, niż infekcje bakteryjne.

Dlaczego nie można używać innych antybiotyków?

Można, ale mogą być one mniej skuteczne, mogą też mieć więcej skutków ubocznych. A bakterie także się w końcu na nie uodpornią. Nie mamy pewności, że zawsze będziemy w stanie odkryć nowe antybiotyki, aby zastąpić stare. W ostatnich latach odkryto mniej antybiotyków.

Jak można uniknąć uodpornienia na antybiotyki?

Możemy zwolnić powstawanie uodpornienia poprzez rzadsze używanie antybiotyków. Zatrzymanie tego procesu nie jest możliwe, ale jego spowolnienie ogranicza rozpowszechnienie się odporności na antybiotyki, a także daje więcej czasu na rozwinięcie nowych rodzajów antybiotyków.

Co mogę zrobić w kwestii uodpornienia na antybiotyki?

Możesz zażywać antybiotyki tylko wtedy, gdy jest to konieczne. Wiemy już, że większość przeziębień równie szybko przechodzi bez użycia antybiotyków. Kiedy są przepisane należy zażyć całą dawkę w celu całkowitego pozbycia się bakterii. W przypadku nie ukończenia całego przepisanego leczenia, mogą pozostać w organizmie bakterie, które uodpornią się na dany antybiotyk.

Kiedy więc mogę otrzymać receptę na antybiotyk?

Lekarz przepisze antybiotyki tylko wtedy, gdy ich potrzebujesz, na przykład na zapalenie nerek czy zapalenie płuc. Antybiotyki mogą uratować życie w przypadku takich infekcji jak zapalenie opon mózgowych. Jeśli nie będziemy ich używać niepotrzebnie, będą mogły skuteczniej działać wtedy, kiedy ich będziemy potrzebować.

Można znaleźć więcej informacji na stronie internetowej:
www.nhs.uk/antibiotics