

Η φροντίδα ανθρώπων και ζώων από ειδικούς της υγείας.

Γιατροί, οδοντίατροι και κτηνίατροι συμβουλεύουν
“Πως να χρησιμοποιείτε υπεύθυνα τα αντιβιοτικά”.

Τα αντιβιοτικά είναι ζωτικής σημασίας για την αντιμετώπιση και την αποφυγή εξάπλωσης ασθενειών σε ζώα και ανθρώπους. Παρ' όλα αυτά κάθε φορά που χρησιμοποιούνται, αυξάνεται ο κίνδυνος ανάπτυξης ανθεκτικότητας των βακτηριδίων στα αντιβιοτικά. Μόλις τα βακτήρια γίνουν ανθεκτικά, τα αντιβιοτικά γίνονται αναποτελεσματικά και η ασθένεια δεν μπορεί πλέον να θεραπευθεί. Βοηθήστε μας λοιπόν να σώσουμε ζωές και να διασφαλίσουμε ότι τα αντιβιοτικά θα παραμείνουν αποτελεσματικά τώρα αλλά και στο μέλλον ακολουθώντας τις παρακάτω συμβουλές.

► Τα αντιβιοτικά δεν είναι πάντα η λύση

Δεν αντιμετωπίζονται όλες οι μολυσματικές ασθένειες με αντιβιοτικά (π.χ. ιογενείς λοιμώξεις, κρυολόγημα και γρίπη). Μερικές φορές μπορείτε να αναρρώσετε εύκολα και χωρίς τη χρήση τους (π.χ. επιφανειακές πληγές από δάγκωμα γάτας). Για να προστετεύσετε τη δική σας υγεία αλλά και των άλλων, μην απαιτείτε αντιβιοτικά όταν ο γιατρός, ο οδοντίατρος ή ο κτηνίατρος σας, σας έχει βεβαιώσει ότι δεν τα χρειάζεστε.

► Κρατήστε τον εαυτό σας και το ζώο σας υγιή

Τα αντιβιοτικά δεν θα πρέπει να μοιράζονται μεταξύ ανθρώπων ή ζώων. Μην ξαναχρησιμοποιείτε φάρμακα τα οποία σας είχαν χορηγηθεί για προηγούμενες ασθένειες. Μπορεί να είναι ακατάλληλα για την τωρινή περίπτωση, τοξικά, ληγμένα ή μολυσμένα. Σε καμία περίπτωση μη δίνετε μόνοι σας ανθρώπινα φάρμακα στα ζώα σας καθώς αυτό θα μπορούσε να είναι επικίνδυνο.

► Πλένετε τα χέρια σας τακτικά

Τα χέρια των ανθρώπων είναι ο πιο συνηθισμένος τρόπος μετάδοσης μικροοργανισμών. Αν και κάποιος από αυτούς τους μικροοργανισμούς μπορεί να είναι ακίνδυνος, άλλοι μπορεί να προκαλέσουν ασθένειες, όπως γαστρεντερίτιδα και να μεταδώσουν ανθεκτικά βακτηρίδια όπως MRSA/MRSP, ακόμα και μεταξύ ανθρώπων και ζώων. Πλένοντας τα χέρια σας σωστά με σαπούνι και νερό είναι το πιο σημαντικό πράγμα που μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε στη μείωση εξάπλωσης των μολύνσεων μεταξύ εσάς και των άλλων ανθρώπων και ζώων. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο πλύσιμο των χεριών σας πριν την προετοιμασία ή κατανάλωση του φαγητού και μετά από βήχα, φτάρνισμα, φύσημα μύτης ή χάιδεμα ζώου.

► Μπορεί να χρειαστούν διαγνωστικά τέστ

Προκειμένου ο γιατρός, ο οδοντίατρος ή ο κτηνίατρός σας να γνωρίζει αν πραγματικά η θεραπεία με κάποιο αντιβιοτικό είναι απαραίτητη και, αν όντως αυτό ισχύει, ποιο αντιβιοτικό είναι το κατάλληλο, μπορεί να χρειαστεί ένα εργαστηριακό τέστ. Αυτό θα βοηθήσει τον γιατρό σας να συνταγογραφήσει το σωστό αντιβιοτικό για το σωστό βακτήριο. Παλαιά αντιβιοτικά, όπως η πενικιλίνη, μπορεί να είναι το ίδιο αποτελεσματικά όπως και κάποια νέας γενιάς.

► Ακολουθείστε την σωστή δοσολογία και τις οδηγίες χορήγησης

Βεβαιωθείτε ότι εσείς και οι οικείοι σας, συμπεριλαμβανομένων και των ζώων σας, παίρνετε όλες τις συνιστώμενες δόσεις ενός αντιβιοτικού, όπως συνταγογραφήθηκαν από τον γιατρό, οδοντίατρο ή τον κτηνίατρό σας, ακόμα κι αν εσείς ή το ζώο σας νομίζετε ότι είστε καλύτερα μετά από κάποιες δόσεις. Αυτό όχι μόνο θα σας βοηθήσει να θεραπευτείτε από την υπάρχουσα λοίμωξη, αλλά επίσης θα εμποδίσει τον ιό να βρεί τρόπους ανθεκτικότητας στην αντιβίωση.

► Μιλήστε στο γιατρό, οδοντίατρο, ή κτηνίατρό σας

Αν έχετε κάποια ανησυχία ή απορίες σχετικά με τα αντιβιοτικά, μην διστάσετε να τις συζητήσετε με τον γιατρό σας. Αυτός/ή είναι ο ειδικός και ο καλύτερος σύμβουλος. Η καλή σχέση με τον γιατρό, οδοντίατρο ή τον κτηνίατρό σας είναι η βάση για υγιείς και ευτυχισμένους ανθρώπους και ζώα.

■ “Ανθεκτικότητα στα αντιβιοτικά” είναι η κατάσταση στην οποία τα αντιβιοτικά δεν είναι πια το ίδιο αποτελεσματικά εναντίον της (βακτηριδιακής) λοίμωξης όπως ήταν πριν.

■ Οι μολύνσεις που προκαλούνται από ανθεκτικά στα αντιβιοτικά βακτήρια μπορεί να είναι δύσκολο να αντιμετωπιστούν και να διαρκέσουν περισσότερο. Σε βαριές περιπτώσεις, δεν μπορούν να βρεθούν αποτελεσματικά αντιβιοτικά κι έτσι η ασθένεια δεν μπορεί να αντιμετωπιστεί και μπορεί να προκαλέσει ακόμα και θάνατο.

■ Τα ανθεκτικά σε αντιβιοτικά βακτήρια, που προκαλούν μολύνσεις μπορούν να εξαπλωθούν στην οικογένεια και στους φίλους και να μολύνουν ακόμα και τα ζώα μας.

■ Χρησιμοποιώντας τα αντιβιοτικά μόνο όταν χρειάζονται και σύμφωνα με τις οδηγίες, μπορούμε να βοηθήσουμε στην αποφυγή εξάπλωσης των ανθεκτικών βακτηριδίων.

■ Η καμπάνια «ONE HEALTH» είναι “η προσπάθεια συνεργασίας πολλών κλάδων -εργαζόμενων τοπικά, εθνικά και παγκοσμίως- ώστε να επιτευχθεί η βέλτιστη υγεία για ανθρώπους, ζώα και περιβάλλον”.

ΓΛΩΣΣΑΡΙ

Αντιβιοτικά: φάρμακα που σκοτώνουν παράγοντες που προκαλούν ασθένειες, όπως τα βακτήρια. Δεν είναι αποτελεσματικά εναντίον των ιών.

MRSA: Είναι ο ανθεκτικός στη μεθισιλίνη *Staphylococcus aureus*, έναν εξαιρετικά ανθεκτικό βακτήριο, που βρίσκεται συνήθως σε νοσοκομεία αλλά μπορεί να μολύνει και ζώα.

MRSP: Είναι ο ανθεκτικός στην μεθισιλίνη *Staphylococcus pseudintermedius*, μια πολύ ανθεκτική μορφή βακτηριδίου το οποίο συνήθως προκαλεί μολύνσεις σε ζώα, όμως σε σπάνιες περιπτώσεις έχει προκαλέσει μολύνσεις σε ανθρώπους.