

رسالة خيركم

رسالة خيركم

هفته آگاه سازی در زمینه آنتی میکروبیال ها

۱۸ تا ۲۴ نوامبر ۲۰۲۰ (۲۸ آبان تا ۴ آذر ماه ۱۳۹۹)

- هدف از برگزاری هفته آگاه رسانی در زمینه آنتی میکروبیال ها با هدایت سازمان جهانی بهداشت، افزایش آگاهی عمومی و جهانی در برابر مقاومت میکروب ها به داروهای آنتی میکروبیال می باشد. در این هفته تلاش می شود تا آگاهی و حساسیت سیاست گذاران، شاغلین حرف پزشکی و همچنین عموم مردم در زمینه افزایش مقاومت میکروبی نسبت به داروهای آنتی میکروبیال افزایش یابد.
- مقاومت به داروهای آنتی میکروبیال زمانی اتفاق می افتد که باکتری ها، ویروس ها، قارچ ها و همچنین انگل ها به اثرات داروها مقاوم شوند و به همین دلیل درمان عفونت ها بسیار سخت تر و خطر گسترش بیماری ها نیز افزایش پیدا می کند و در نتیجه ممکن است منجر به بیماری های شدید و مرگ شود.
- ترکیبات آنتی میکروبیال به عنوان یک ابزار بسیار مهم در درمان بیماری های انسان ها، حیوانات و گیاهان به شمار می روند و شامل آنتی بیوتیک ها، داروهای ضد ویروس، ضد قارچ و ضد پرتوز آ می باشند.

عواملی که در حال حاضر منجر به بروز مقاومت میکروبی شده است متعددند. از آن جمله می توان به استفاده بیش از اندازه از داروها در انسانها، در صنعت پرورش دام، کشاورزی و همچنین عدم دسترسی انسانها به آب آشامیدنی سالم و بهداشتی برای مصرف شخصی و استفاده در کشاورزی، اشاره کرد. این عوامل در سطح جهانی باعث بروز تهدید و بروز مقاومت به آنتی میکروبیال ها شده است.

- پیرو جلسه ای که در ماه می ۲۰۲۰ با حضور **FAO** و **WHO** برگزار شد، تصمیم گرفته شد تا مناسبت هفته آگاه سازی از این پس همه ساله در تاریخ ۱۸ تا ۲۴ نوامبر برگزار شود و همچنین دامنه داروها صرفاً داروهای آنتی بیوتیک نباشد. با افزایش مقاومت میکروبی به دامنه وسیع تری از داروها، تمرکز این آگاه سازی وسیعتر شده است و به همه داروهای آنتی میکروبیال یعنی آنتی بیوتیک ها، داروهای ضد ویروس، ضد قارچ و ضد پرتوزا خواهد پرداخت.

- شعار هفته آگاه سازی آنتی بیوتیک ها در سال ۲۰۲۰: "اتحاد برای حفظ داروهای آنتی میکروبیال" نامگذاری شده است و به شعار همیشگی " مصرف آنتی بیوتیک ها، با احتیاط" کماکان مانند سالهای قبل پرداخته خواهد شد.

- **فعالیت های عمومی** که در زمینه پیشگیری مقاومت به داروهای آنتی میکروبیال، مقرر شده است تا در این هفته برنامه ریزی و انجام شود، عمدتاً بر اساس افزایش آگاهی و شناخت علل بروز مقاومت به داروهای آنتی میکروبیال و اثربخشی آنها در جامعه می باشد.

شعارهای قابل استفاده برگرفته از مطالب سازمان جهانی بهداشت:

- اتحاد جهانی برای حفظ داروهای آنتی میکروبیال
- اگر در حال مصرف آنتی بیوتیک می باشید، درمان دارویی خود را حتی در طی همه گیری بیماری کرونا ادامه دهید تا از بروز مقاومت به داروها جلوگیری شود.
- توقف خودسرانه مصرف **داروهای ضد ایدز** باعث می شود درمان بیماری مختل و سخت تر شود و مقاومت دارویی بروز نماید.
- مقاومت میکروبی باعث شدن روند درمان می شود و رعایت بهداشت شخصی و شستشوی دستها می تواند مانع از گسترش آن شود.
- برای جلوگیری از بروز مقاومت میکروبی، داروهای آنتی میکروبیال را به موقع و تا پایان دوره درمانی، تحت نظارت پزشک مصرف نمایید..
- مقاومت به آنتی بیوتیکها یعنی عدم درمان بیماری های عفونی! آگاه باشیم که قربانی مقاومت به آنتی بیوتیک ها، تمام رده های سنی در کل جهان می باشند.
- هشدار! میکروب ها مقاوم شده اند! درمان با آنتی بیوتیک ها دیگر اثربخش نخواهد بود.
- کمک کنیم تا با رعایت بهداشت از ابتلا به بیماری های عفونی پیشگیری شود.
- مقاومت آنتی بیوتیکی یک تهدید جهانی بزرگ است.
- آنتی بیوتیک ها نباید در بیماری های ویروسی مانند کرونا، سرماخوردگی و آنفولانزا استفاده شوند.
- مقاومت آنتی بیوتیکی در بین انسان ها، حیوانات و محیط زیست قابل انتقال است.
- اگر فوراً در زمینه پیشگیری از مقاومت میکروبی اقدام نکنیم در آینده ، جراحات های جزئی و بیماری های عفونی کشنده خواهد شد.
- همیشه قبل از دریافت آنتی بیوتیک با پزشک و داروساز مشورت کنید.



علل بروز مقاومت میکروبی چیست:

- ۱- استفاده نابجا و بیش از حد از داروهای آنتی میکروبیال در انسان ها، حیوانات و گیاهان اولین علت بروز مقاومت میکروبی می باشد.
- ۲- تجویز و مصرف غیر منطقی داروها (تجویز چندنوع آنتی بیوتیک یا آنتی بیوتیک های وسیع الطیف بدون اندیکاسیون) و عدم تبعیت بیماران از درمان پیش بینی شده از جانب پزشک معالج، یکی دیگر از علل بروز مقاوت میکروبی است. به عنوان مثال آنتی بیوتیک ها فقط قادرند عفونت های باکتریایی را از بین ببرند. اما بر روی عفونت های ویروسی مانند کرونا، سرماخوردگی و آنفولانزا بی تاثیرند و تجویز آنها برای بیماری ویروسی منجر به مقاومت میکروبی خواهد شد.
- ۳- کمبود دسترسی به آب تمیز و بهداشتی چه برای انسانها و چه برای حیوانات باعث می شود یکی از راه های پیشگیری از بروز عفونت ها که شستشوی مناسب می باشد، عملی نشود و مقاومت میکروبی به آنتی بیوتیک ها بروز نماید.
- ۴- استفاده غیر منطقی از آنتی بیوتیک ها در طی پاندمیک بیماری کرونا نیز می تواند منجر به بروز افزایش مقاومت میکروبی شود. بیماری کرونا یک بیماری ویروسی است و تنها زمانی که فرد مبتلا همزمان دچار عفونت باکتریایی شده باشد، تجویز داروهای آنتی بیوتیک تحت نظارت پزشک مجاز می باشد.

آموزش و آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها

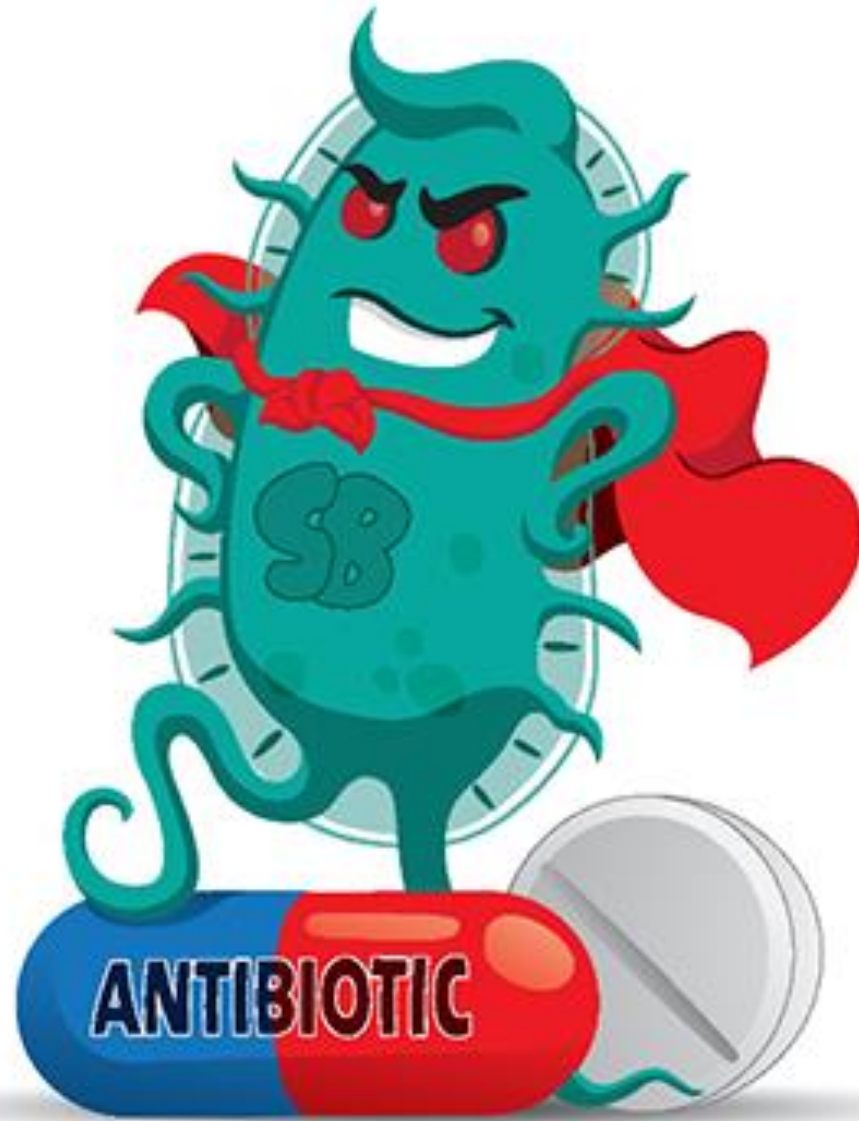


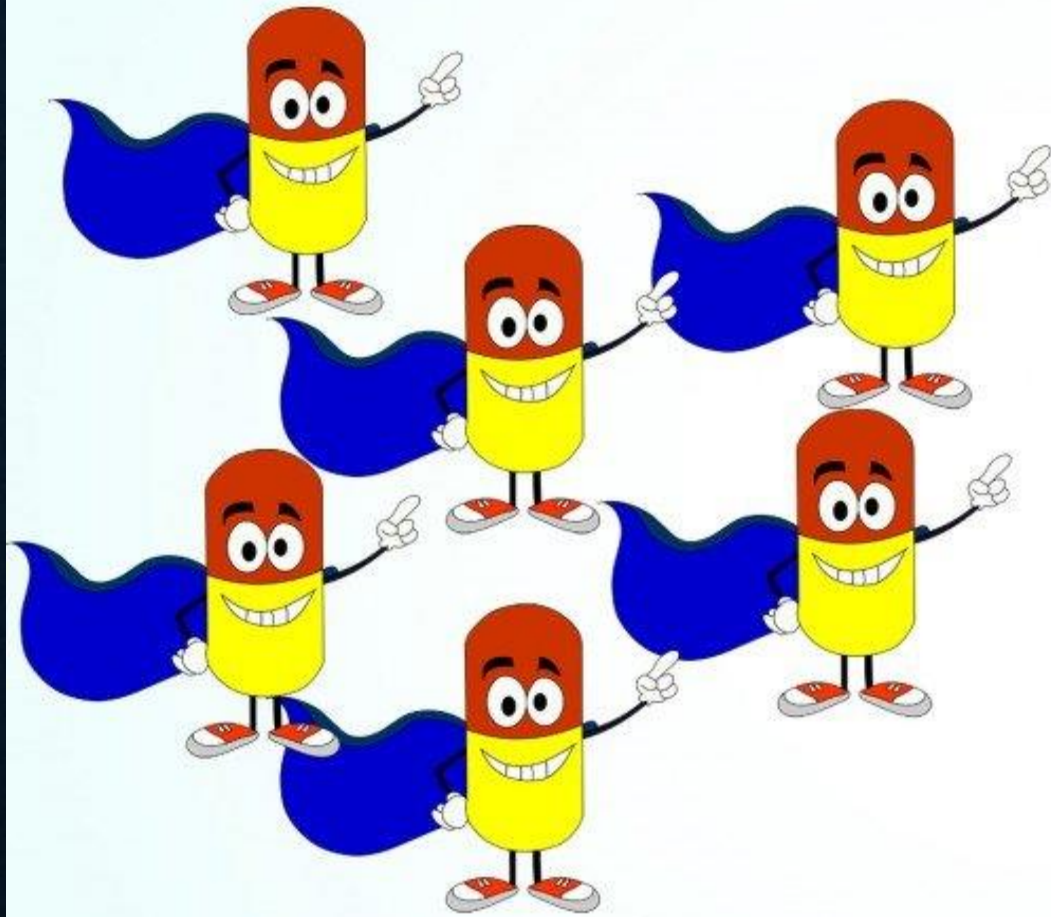
اهمیت آموزش

- کودکی و نوجوانی مهم‌ترین دوره های زندگی آدمی است. از آن جا که در این دوره ها ساختار شخصیتی و رفتاری انسان بنیان گذاشته می‌شود، دورانی سرنوشت‌ساز و مثبت برای هر جامعه شناخته می‌شود.
- کودکان و نوجوانان منابع عظیم سرمایه و باارزش‌ترین ذخایر یک جامعه هستند و هر قدر برای حفظ این منابع کوشش شود، جامعه در آینده ثروتمندتر و سعادتمندتر می‌شود.
- در هر صورت این تجارب اولیه در مدرسه که تجارب اولیه یادگیری و تربیت‌شدن نیز خواهند بود، مبناهای اساسی تربیت را بنا می‌گذارند و چنانچه درست عمل شود، بقیه مراحل زندگی نیز به آن سوی جهت می‌یابند و به‌طور کلی آینده هر کشوری را به شکل بهتری رقم خواهد زد.

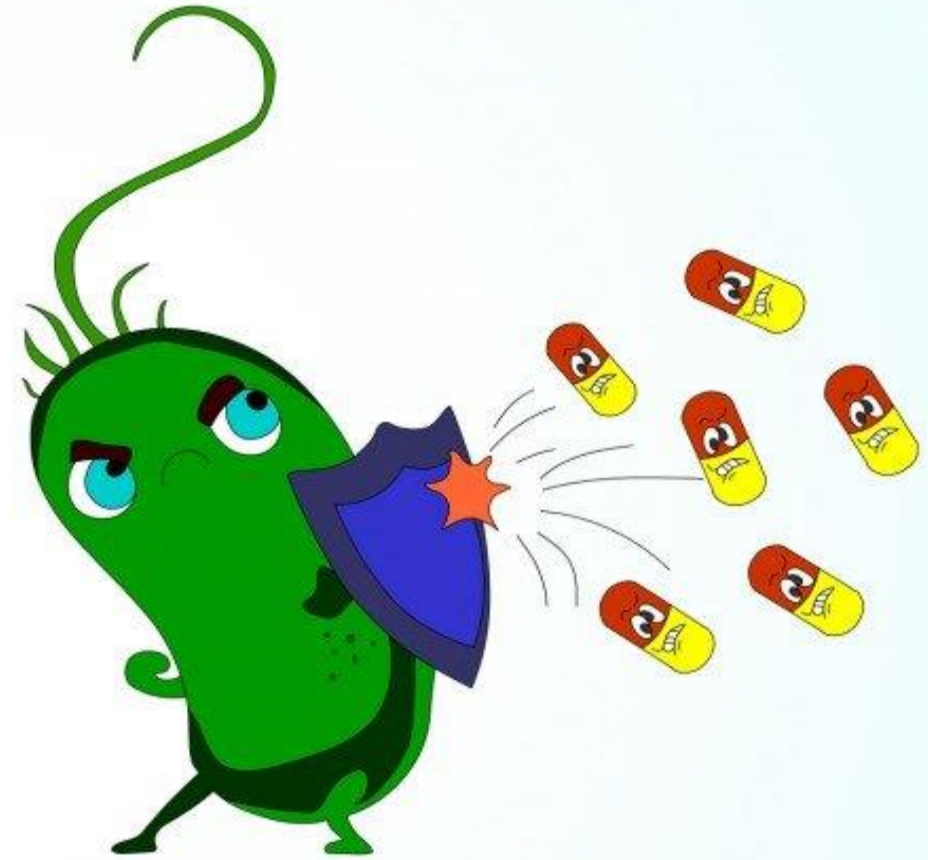
جامعه و آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها

- اهمیت سلامت همگانی
- بیمار شدن یک فرد در جامعه تاثیر گذار است و به سایر افراد منتقل شده و یا سبب رنجش و به زحمت افتادن افراد جامعه می شود.
- لذا فرهنگ سازی و اطلاع رسانی در راستای ارتقای سلامت و تأکید بر اصلاح روش های زندگی برای تأمین سلامتی از جمله اهدافی است که هم در ایران و هم در سطح جهانی، با جدیت دنبال می شود تا هم نسل حاضر و هم آیندگان در جهانی ایمن تر و سالم تر زندگی کنند .
- در این خصوص استفاده نابه جا از آنتی بیوتیک ها و سایر داروهای آنتی میکروبیال (ضد ویروس، ضد قارچ، ضد انگل) توسط یک نفر منجر به افزایش میزان مقاومت آنتی میکروبیال و شیوع آن در خانواده و به دنبال آن جامعه شده و بر سلامت همه تاثیر گذار است.
- در صورتی که عوامل بیماری زای عفونی (میکروب ها) در یک جامعه مقاوم شوند، افراد جامعه به علت عفونت هایی که قبلا به سادگی درمان می شدند حالا جان خود را از دست می دهند.





2009

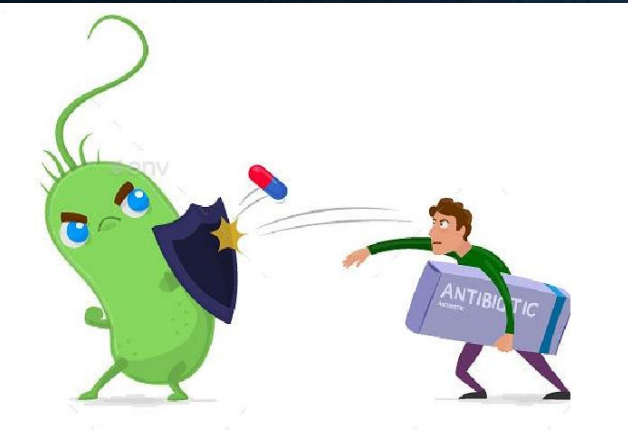


2019

آگاهی نسبت به داروهای آنتی بیوتیک

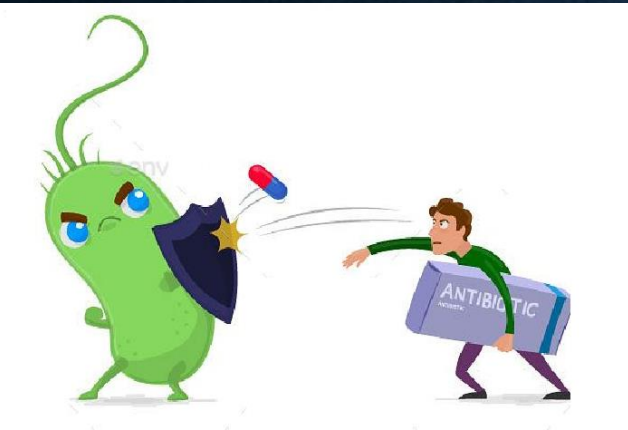
- اهمیت آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها/ داروهای آنتی میکروبیال
- از زمان کشف آنتی بیوتیک، این داروها نقش سنگ بنای پزشکی مدرن را ایفا کرده اند. با این حال استفاده نابجا و مستمر از این منبع دارویی در انسان و حیوان، باعث ظهور معضلی به نام مقاومت در برابر آنتی بیوتیک شده است.

آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها توصیه ها:



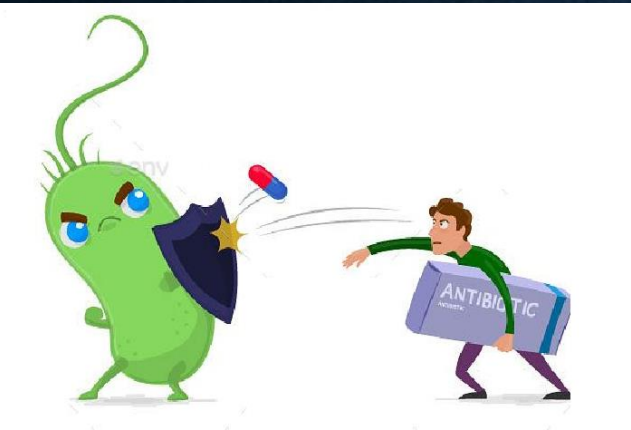
- استفاده خودسرانه و بی رویه از آنتی بیوتیک ها باعث مقاوم شدن باکتری های بیماری زا و بی اثر شدن آنتی بیوتیک ها می شود.
- هر بار که باکتری با آنتی بیوتیک مواجه می شود (حتی با تجویز صحیح) به وسیله جهش های ژنی، آن سویه باکتریایی مقاوم می شود.
- در نتیجه مصرف بی رویه آنتی بیوتیک ها باعث ایجاد هر چه بیشتر این نوع از مقاومت و در نهایت مقاوم شدن کامل آن دسته از باکتری ها به درمان آنتی بیوتیکی می گردد.
- این موضوع در خصوص سایر داروهای آنتی میکروبیال نیز صدق می کند.

آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها توصیه ها:



- آنتی بیوتیک ها همیشه جواب نیستند!
- برای دریافت آنتی بیوتیک اصرار نکنید!
- اکثر مواقع توصیه پزشک و داروساز در مورد جایگزین های آنتی بیوتیک راه حل بهتری است. پذیرا باشید.
- پزشک و داروساز در این زمینه اطلاعات کافی دارند. به آنان اعتماد کنید و نه در مطب و نه در داروخانه اصرار نکنید.

آگاهی نسبت به آنتی میکروبیال ها توصیه ها:



- نحوه مصرف صحیح داروهای آنتی میکروبیال به میزان تجویز درست حائز اهمیت است.
- دوره درمان را کامل کنید. (عفونت های قارچی، ویروسی(هپاتیت، ایدز و..)) عفونت های باکتریایی و...
- به رعایت زمان مصرف توجه داشته باشید.
- سوالات خود را در این مورد از پزشک یا داروساز جویا شوید.
- رعایت نکات بهداشتی موجب کاهش شیوع بیماری های عفونی ، کاهش مصرف داروهای آنتی میکروبیال و کند شدن روند مقاومت میکروبی می گردد.

پیشگیری از عفونت با رعایت بهداشت فردی: توصیه ها:

• اگر بیمار هستید:

- - فاصله اجتماعی را در خانه و بیرون از خانه رعایت کنید.
- - ماسک بزنید. دهان و بینی خود را هنگام عطسه و سرفه با دستمال (ترجیحا) یا بالای استین بپوشانید.
- - دست های خود را مکررا با آب و صابون بشویید.

• اگر قادر درمان هستید : پیشگیری از انتقال عفونت های بیمارستانی:

- شستشو یا ضدعفونی دست ها قبل از دست زدن به داروها، بدن بیمار، لباس و بستر بیمار
- شستشو یا ضدعفونی دست ها پس از دست زدن به بدن بیمار، لباس و بستر بیمار
- در صورتی که دست ها آلودگی واضحی ندارد ، ضدعفونی با محلول های ضدعفونی الکلی موجود در مراکز درمانی کافی می باشد.

آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها توصیه ها:



- جهت دریافت دارو برای دام و حیوانات به داروخانه های دامپزشکی مراجعه نمایند و مطابق نظر دامپزشک دارو دریافت شود.
- استفاده از آنتی بیوتیک های انسانی در دام و حیوانات سبب ایجاد سویه های مقاوم باکتری و وارد شدن آن ها به زنجیره غذایی انسانی و در نهایت مقاومت آنتی بیوتیکی در جامعه انسانی می گردد.

آگاهی نسبت به آنتی بیوتیک ها: توصیه ها:



- در بسیاری از موارد انجام آزمایش های تشخیص افتراقی میکروبی به تجویز صحیح آنتی بیوتیک ها برای درمان بیماری های عفونی کمک میکند.
- در صورتی که پزشک برای کمک به تشخیص خود درخواست تست میکروبی (مثلا آزمایش ادرار...) کرد لطفا صبور باشید و جهت انجام آن با پزشک همکاری نمایید.

با سپاس از توجه شما

فرصت کمی برای حفظ قدرت داروهای آنتی بیوتیک باقی مانده است

آنتی بیوتیک ها را فقط با دستور پزشک مصرف کنیم

