

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

Για την ορθή χρήση των αντιβιοτικών



ΕΚΔΟΣΗ
2020

Την προσπάθεια ενημέρωσης του κοινού
για την ορθή χρήση των αντιβιοτικών στήριξαν:



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΦΑΡΜΑΚΩΝ



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΧΗΜΕΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Εκδοτική παραγωγή:

Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων
Μεσογείων 284, 15562 Χολαργός
Τηλ. κέντρο : 213 2040 000
e-mail: relation@eof.gr

Για την ορθή χρήση των αντιβιοτικών

- Τα αντιβιοτικά είναι φάρμακα.
- Όπως για όλα τα φάρμακα, διαβάζουμε πάντα προσεκτικά το Φύλλο Οδηγιών Χρήσης κάθε αντιβιοτικού.
- Ακολουθούμε πιστά τις οδηγίες του ιατρού.
- Αναφέρουμε τυχόν παρενέργειες στον ιατρό μας ή συμπληρώνουμε οι ίδιοι την **Κίτρινη Κάρτα**¹ του ΕΟΦ, προκειμένου να διατηρήσουμε τα φάρμακα ασφαλή και αποτελεσματικά.



Λοιμώξεις και αντιβιοτικά

Οι λοιμώξεις στον άνθρωπο προκαλούνται κυρίως από ιούς και μικρόβια.

Τα αντιβιοτικά είναι τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση λοιμώξεων που προκαλούνται από **μικρόβια**.

Τα αντιβιοτικά **δεν είναι** αποτελεσματικά στην αντιμετώπιση ασθενειών που προκαλούνται από **ιούς**.

Τι σημαίνει αυτό;

Ότι δεν πρέπει να λαμβάνονται αντιβιοτικά για λοιμώξεις που προκαλούνται από ιούς, όπως η γρίπη, το κοινό κρυολόγημα και οι περισσότερες φαρυγγοαμυγδαλίτιδες και γαστρεντερίτιδες.

Τα αντιβιοτικά
και οι εμβολιασμοί
έχουν προσθέσει
20 χρόνια
στη ζωή μας

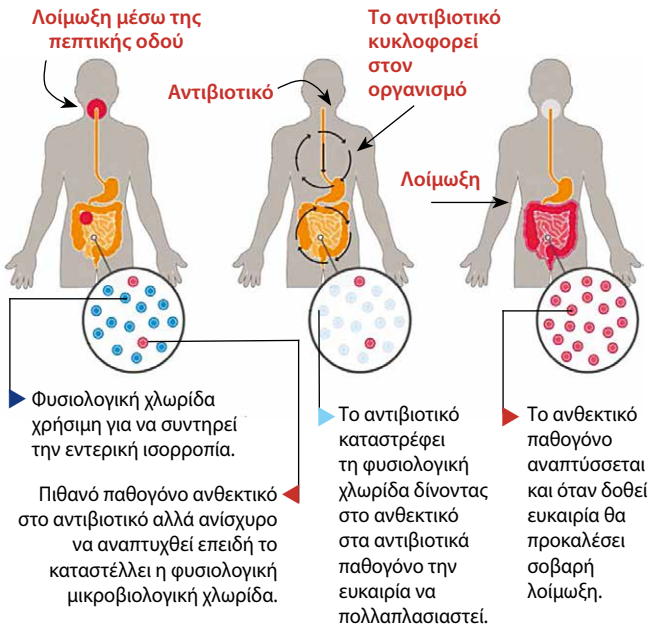


1. Δείτε πληροφορίες για την υποβολή της **Κίτρινης Κάρτας** στη σελίδα 15 του εντύπου.

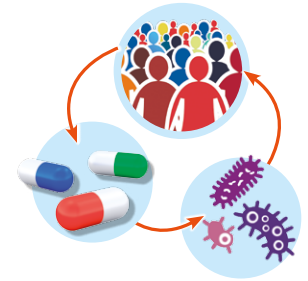
Υπερκατανάλωση αντιβιοτικών και μικροβιακή αντοχή

Η λανθασμένη και αλόγιστη χρήση αντιβιοτικών έχει σαν αποτέλεσμα την επικράτηση μικροβίων ανθεκτικών στα αντιβιοτικά που αντικαθιστούν τα ευαίσθητα μικρόβια που ζουν στις φυσιολογικές μας χλωρίδες, δηλαδή στο στόμα, το φάρυγγα, τη μύτη, τον εντερικό σωλήνα, τον κόλπο, την ουρήθρα και το δέρμα.

Η αντοχή είναι το αποτέλεσμα ενός μηχανισμού άμυνας που τα μικρόβια ενεργοποιούν προκειμένου να εξουδετερώσουν τη δράση του αντιβιοτικού.



Τα ανθεκτικά μικρόβια που επικρατούν στον οργανισμό μας μεταφέρονται σε **άλλους ανθρώπους, υγιείς ή ασθενείς**, που δεν έχουν πάρει αντιβιοτικά με αποτέλεσμα οι θεραπείες με αντιβιοτικά να γίνονται λιγότερο αποτελεσματικές



Επομένως χρειάζεται να θυμόμαστε :

- Η αντιμετώπιση του επόμενου επεισοδίου μικροβιακής λοίμωξης στον ασθενή γίνεται δυσκολότερη και απαιτεί τη λήψη ακόμη πιο «ισχυρών» αντιβιοτικών.
- Με τις καθημερινές δραστηριότητες με τα χέρια μας τα ανθεκτικά μικρόβια διασπείρονται σε άλλους ανθρώπους του άμεσου περιβάλλοντος, οι οποίοι με τη σειρά τους αποκτούν ανθεκτικά μικρόβια στη φυσιολογική τους χλωρίδα και ας μην έχουν πάρει ποτέ αντιβιοτικά.
- Οι λοιμώξεις από ανθεκτικά μικρόβια μπορούν να προκαλέσουν σοβαρές επιπλοκές ακόμα και θάνατο, ενώ παρατείνουν την παραμονή στο νοσοκομείο, αυξάνοντας το κόστος νοσηλείας.



Γιατί είναι σημαντική η αντιμετώπιση της μικροβιακής αντοχής;

Η παγκόσμια εξάπλωση της μικροβιακής αντοχής συνιστά μια από τις κρισιμότερες απειλές για τη δημόσια υγεία, αν αναλογιστεί κανείς ότι δεν αναμένεται να κυκλοφορήσουν στο άμεσο μέλλον νέες ομάδες αντιβιοτικών δραστικών στα ανθεκτικά μικρόβια.

Για τη χώρα μας το πρόβλημα είναι ακόμη πιο σοβαρό γιατί η Ελλάδα σε ευρωπαϊκό επίπεδο έχει τη μεγαλύτερη:

- κατανάλωση αντιβιοτικών στην κοινότητα, και
- αντοχή των μικροβίων στα αντιβιοτικά.

Υπάρχει τρόπος να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα της μικροβιακής αντοχής;

Ευτυχώς ναι !

Τα τελευταία
25 χρόνια
δεν έχουν κυκλοφορήσει
πραγματικά καινούρια
αντιβιοτικά



Στην Ευρώπη
33.000 άνθρωποι
πεθαίνουν κάθε χρόνο
εξαιτίας λοιμώξεων από
πολυανθεκτικά βακτήρια



Τι μπορούμε να κάνουμε;

1^ο Αντιμετωπίζουμε τις ιώσεις χωρίς αντιβιοτικά

Τα αντιβιοτικά δεν ασκούν καμία απολύτως επίδραση στους ιούς. Είναι αποτελεσματικά μόνο στις λοιμώξεις που προκαλούνται από μικρόβια.

Τους χειμερινούς μήνες >90% των λοιμώξεων του ανώτερου αναπνευστικού σε ενήλικες και παιδιά, προκαλούνται από ιούς (π.χ. κοινό κρυολόγημα – συνάχι, φαρυγγίτιδα) και η χρήση των αντιβιοτικών για τη θεραπεία τους είναι άσκοπη και επικίνδυνη.

Το ίδιο ισχύει και για τις γαστρεντερίτιδες κυρίως το καλοκαίρι, όπου το μεγαλύτερο ποσοστό τους προκαλείται επίσης από ιούς.

Το συνάχι είναι απόδειξη ότι ΔΕ χρειαζόμαστε αντιβιοτικά, αφού προκαλείται από ιούς!



Ο καλύτερος τρόπος να αντιμετωπίσουμε τις ιώσεις όπως το κρυολόγημα, το βήχα και τον πονόλαιμο είναι η ξεκούραση, η λήψη άφθονων υγρών και η προσεκτική χρήση αντιπυρετικών, αναλγητικών και αποσυμφορητικών φαρμάκων.

2° Εφαρμόζουμε την ταχεία εξέταση του Στρεπ-τεστ στην οξεία φαρυγγοαμυγδαλίτιδα

Το μεγαλύτερο ποσοστό άσκοπης κατανάλωσης αντιβιοτικών αφορά στις λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού παιδιών και ενηλίκων και ιδιαίτερα την οξεία φαρυγγοαμυγδαλίτιδα, η οποία προκαλείται κυρίως από ιούς.

Ο Ιατρός σας μπορεί να κάνει ο ίδιος το Στρεπ- τεστ για να διαπιστώσει εάν το αίτιο είναι στρεπτόκοκκος ή ιός, ώστε να αποφύγει την άσκοπη συνταγογράφηση αντιβιοτικών

Θετικό Στρεπ-τεστ:
Στρεπτόκοκκος
ΝΑΙ στα αντιβιοτικά

Αρνητικό Στρεπ-τεστ:
Ιός
ΟΧΙ στα αντιβιοτικά



3° Δεν αγοράζουμε αντιβιοτικά χωρίς να τα έχει συνταγογραφήσει ο ιατρός μας

Η κλινική εκτίμηση από τον ιατρό του συνδέεται άμεσα με την **ασφάλεια της υγείας** του ασθενή.

Μετά από την κλινική και εργαστηριακή εκτίμηση, εφόσον χρειάζεται, ο ιατρός σας θα συνταγογραφήσει το κατάλληλο αντιβιοτικό και θα ορίσει τον τρόπο και το χρόνο θεραπείας.



- Δεν αγοράζουμε αντιβιοτικά μόνοι μας από το φαρμακείο ούτε κρατάμε απόθεμα στο σπίτι για «ώρα ανάγκης».
- Δε συμβουλευόμαστε τους φίλους μας ή το διαδίκτυο.
- Δε συστήνουμε αντιβιοτικά σε άλλους.

Η ελληνική νομοθεσία απαγορεύει τη διάθεση των αντιβιοτικών **χωρίς ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ**

(αρθ. 18 Π.Ν.Π. / 10.8.2020, ΦΕΚ Α' 157/10-8-2020)

4° Ακολουθούμε πιστά τις οδηγίες του ιατρού μας

Το αντιβιοτικό σώζει, αλλά είναι και φάρμακο που μπορεί να έχει παρενέργειες που βλάπτουν τον ανθρώπινο οργανισμό!

Γι' αυτό:

- Λαμβάνουμε τη δοσολογία που πρέπει και για το σωστό χρονικό διάστημα.
- Δε διακόπτουμε την θεραπεία μας, εκτός και αν υπάρχει σοβαρός ιατρικός λόγος (π.χ. παρενέργεια).
- Ενημερώνουμε τον ιατρό μας για οποιαδήποτε παρενέργεια παρουσιάσουμε κατά τη διάρκεια της θεραπείας και υποβάλλουμε στον ΕΟΦ την **Κίτρινη Κάρτα**².



2. Δείτε σελίδα 15 του εντύπου.

**5° Δεν ξεχνάμε την Πρόληψη:
Προλαβαίνουμε τις λοιμώξεις
αντί να τις θεραπεύουμε**

Εμβολιαζόμαστε και εμβολιάζουμε
τα παιδιά μας ακολουθώντας
το Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών
και τις οδηγίες του ιατρού μας.



Τι γίνεται με τους ενήλικες;

Ομάδες υψηλού κινδύνου

Για τους ενήλικες που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου
(π.χ. ηλικιωμένα άτομα, έγκυες σε οποιοδήποτε τρίμηνο, άτομα
με σακχαρώδη διαβήτη, καρδιοπάθεια, πνευμονοπάθεια,
ανοσοκατασταλμένοι κ.λπ.) η εμφάνιση σοβαρών λοιμώξεων
μπορεί να προληφθεί με εμβολιασμό όπως για τη γρίπη και
τον πνευμονιόκοκκο.

Ομάδα
Πολύ Υψηλού Κινδύνου
για Θανατηφόρο Γρίπη:

Οι Έγκυες



● Πλένουμε συχνά τα χέρια μας



● Όταν βήχουμε ή φταρνίζομαστε
καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας
με τον αγκώνα μας ή χρησιμοποιούμε
χαρτομάντιλο



● Αποφεύγουμε το συνωστισμό
σε κλειστούς χώρους, ιδιαίτερα
σε περιόδους έξαρσης ιώσεων
τον χειμώνα



● Βάζουμε την άθληση στη ζωή μας



● Διακόπτουμε το κάπνισμα



Η ΜΙΚΡΟΒΙΑΚΗ ΑΝΤΟΧΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ



ΜΙΑ ΘΛΙΒΕΡΗ ΠΡΩΤΙΑ

Σε ετήσια βάση, 1 στους 2 πολίτες παίρνει αντιβιοτικά με αποτέλεσμα να καταναλώνουμε περισσότερα αντιβιοτικά συγκριτικά με τις υπόλοιπες Ευρωπαϊκές Χώρες.

10-20% ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΤΑΓΗ

Ένα σημαντικό ποσοστό πολιτών αγοράζει αντιβιοτικά από το φαρμακείο χωρίς ιατρική συνταγή.



30% ΓΙΑ ΩΡΑ ΑΝΑΓΚΗΣ

30% των πολιτών φυλάει αντιβιοτικά στο σπίτι για ώρα ανάγκης και τα χρησιμοποιεί χωρίς τη συμβουλή ιατρού, δηλαδή κάνει αυτοθεραπεία.

80% ΛΑΘΟΣ ΕΝΤΥΠΩΣΗ

80% των πολιτών πιστεύουν λανθασμένα ότι τα αντιβιοτικά είναι δραστικά έναντι των ιώσεων.



Οι λοιμώξεις που εμφανίζονται τόσο σε ασθενείς που νοσηλεύονται σε νοσοκομεία όσο και σε ασθενείς που βρίσκονται εκτός νοσοκομείου, σε σημαντικό ποσοστό προκαλούνται από μικρόβια ανθεκτικά στα αντιβιοτικά.

Η ΜΙΚΡΟΒΙΑΚΗ ΑΝΤΟΧΗ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ



Η αντοχή των μικροβίων στα αντιβιοτικά συνεχώς αυξάνεται, με αποτέλεσμα πολλές λοιμώξεις να προκαλούνται από μικρόβια ανθεκτικά σε όλα τα αντιβιοτικά.

Η αντοχή των μικροβίων στα αντιβιοτικά δεν αφορά μόνο τον άνθρωπο αλλά και τα ζώα και το περιβάλλον τους, ενώ η μετάδοσή τους γίνεται και μέσω της τροφικής αλυσίδας.



Η ανακάλυψη και η παραγωγή νέων αντιβιοτικών είναι εξαιρετικά περιορισμένη συγκριτικά με την αυξανόμενη αντοχή των μικροβίων στα αντιβιοτικά.

Σύμφωνα με προβλέψεις ειδικών επιστημόνων, αν δεν αντιμετωπιστεί άμεσα το πρόβλημα, μέχρι το 2050 θα πεθαίνουν κάθε χρόνο 10.000.000 άνθρωποι σε όλο τον κόσμο από λοιμώξεις που προκαλούνται από πολυανθεκτικά μικρόβια.



Η ανθρωπότητα
κινδυνεύει να βρεθεί στην εποχή του

«Τέλους των Αντιβιοτικών»

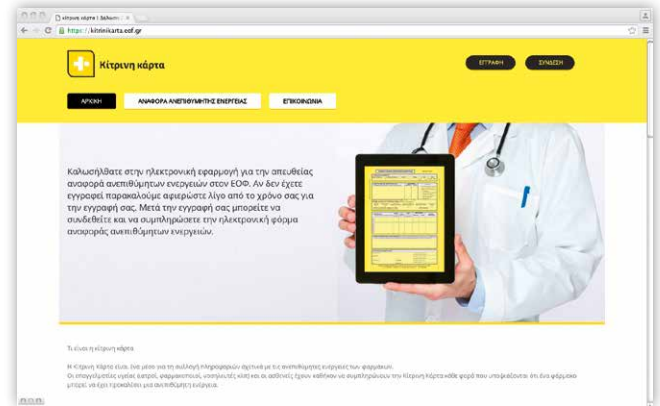
Γ' αυτό
η ευθύνη για τη διάσωσή τους
μας αφορά όλους: ιατρούς, φαρμακοποιούς,
πολίτες, και την ίδια την πολιτεία.

ΑΣ ΔΙΑΦΥΛΑΞΟΥΜΕ ΤΑ ΑΝΤΙΒΙΟΤΙΚΑ

Πώς?

Σταματώντας την άσκοπη χρήση τους

*Τα ανθεκτικά μικρόβια
θα ξαναγίνουν ευαίσθητα στα αντιβιοτικά,
με αποτέλεσμα, τα αντιβιοτικά
να ξαναγίνουν δραστικά
στην αντιμετώπιση των λοιμώξεων.*



Τι είναι η Κίτρινη Κάρτα;

Είναι το σημαντικότερο μέσο για τη συλλογή πληροφοριών σχετικά με τις ανεπιθύμητες ενέργειες των φαρμάκων που συνεισφέρει στην παρακολούθηση της ασφάλειας τους από τις αρμόδιες Αρχές.

Μπορούν όλοι, επαγγελματίες υγείας και ασθενείς να συμπληρώσουν και να υποβάλουν στον Εθνικό Οργανισμό Φαρμάκων (ΕΟΦ) την **Κίτρινη Κάρτα** κάθε φορά που υποψιάζονται ότι ένα φάρμακο μπορεί να έχει προκαλέσει μία ανεπιθύμητη ενέργεια.

Δείτε περισσότερες πληροφορίες και οδηγίες για τη συμπλήρωση και υποβολή της Κίτρινης Κάρτας στην ιστοσελίδα του ΕΟΦ:

<https://www.eof.gr/web/guest/yellowgeneral#message>

Κάθε γνωστοποίηση μπορεί να είναι σημαντική!



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

Μεσογείων 284, 15562 Χολαργός

Τηλ. κέντρο : 213 2040 000

e-mail: relation@eof.gr