

# PAMIĘTAJ

**Przyjmuj antybiotyki odpowiedzialnie, tylko wtedy kiedy ich naprawdę potrzebujesz**

- **Antybiotyki nie leczą ani przeziębienia ani grypy**
- **Przyjmuj antybiotyki odpowiedzialnie i tylko przepisane przez lekarza**
- **Utrzymanie skuteczności antybiotyków to nasza wspólna odpowiedzialność**

Kiedy otrzymujesz receptę na antybiotyk, musisz przestrzegać zaleceń lekarza, aby zminimalizować ryzyko rozwoju bakterii antybiotykoopornych.

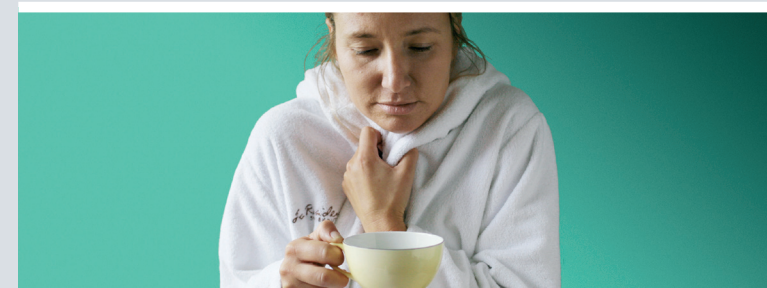
W przypadku nieprzestrzegania tych zaleceń, na przykład gdy skrucasz czas trwania antybiotykoterapii, przyjmujesz dawkę leku niższą od zalecanej, bierzesz leki w porach dnia i odstępach innych niż zalecane, sprzyjasz rozwojowi bakterii opornych na antybiotyki.

Bakterie lekooporne pozostaną w twoim organizmie i będą rozprzestrzeniać się na innych. Stwarza to ryzyko nieskuteczności antybiotyku, gdy kolejnym razem będziesz go potrzebował ty sam lub inne osoby.

- **Przestrzegaj zaleceń lekarza dotyczących pory i sposobu przyjmowania antybiotyku**
- **Nie używaj antybiotyków pozostałych po wcześniejszych kuracjach**
- **Spytaj lekarza lub farmaceutę jak postępować z niewykorzystanymi antybiotykami**

**Europejski  
Dzień Wiedzy o  
Antybiotykach**

Europejska inicjatywa zdrowotna



**Wiedza  
o antybiotykach  
pomaga utrzymać  
ich skuteczność**



[www.antybiotyki.edu.pl](http://www.antybiotyki.edu.pl)



Ministerstwo Zdrowia



EUROPEAN CENTRE FOR  
DISEASE PREVENTION  
AND CONTROL

Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej  
[www.antybiotyki.edu.pl](http://www.antybiotyki.edu.pl)



[www.antybiotyki.edu.pl](http://www.antybiotyki.edu.pl)



Ministerstwo Zdrowia



EUROPEAN CENTRE FOR  
DISEASE PREVENTION  
AND CONTROL

## Bakterie antybiotykooporne stanowią coraz poważniejszy problem zdrowotny

Przez wiele dziesięcioleci antybiotyki zwalczały zakażenia zagrażające życiu.

W ostatnich latach, niewłaściwe ich stosowanie spowodowało rozwój i rozprzestrzenienie się bakterii opornych na antybiotyki.

W przypadku infekcji wywołanej przez lekooporny szczep bakterii, antybiotyki nie są skuteczne, a zakażenie może nie zostać zwalczone, bądź choroba może mieć znacznie cięższy przebieg.

Ze względu na możliwość rozprzestrzeniania się szczepów lekoopornych wśród ludzi i w środowisku, antybiotykooporność jest poważnym zagrożeniem zdrowia publicznego.

- **Utrzymanie skuteczności antybiotyków to odpowiedzialność każdego z nas**
- **Rozsądne stosowanie antybiotyków może pomóc w powstrzymaniu rozwoju szczepów lekoopornych**
- **Powstrzymanie rozwoju szczepów lekoopornych utrzyma skuteczność antybiotyków i pozwoli z nich korzystać następnym pokoleniom**

## Przyjmuj antybiotyki wyłącznie wtedy, gdy lekarz uznał to za konieczne

Antybiotyki należy przyjmować wyłącznie wtedy, gdy jest to konieczne, ponieważ ich nadużywanie może powodować pojawianie się i szerzenie bakterii antybiotykoopornych.

Przyjmowanie antybiotyków, gdy nie jest to konieczne, nie pomaga. Na przykład antybiotyki nie są skuteczne w leczeniu zakażeń wirusowych, takich jak przeziębienie czy grypa. W większości przypadków twój układ odpornościowy powinien być w stanie uporać się z błahymi zakażeniami. Przyjmowanie antybiotyków w tych sytuacjach nie pomaga wyzdrowieć, ani nie chroni przed przekazywaniem wirusów na inne osoby.

Właściwe rozpoznanie może postawić wyłącznie lekarz, który też decyduje o tym, czy dane schorzenie wymaga antybiotykoterapii.

- **Przyjmuj tylko antybiotyki przepisane przez lekarza**
- **Gdy jesteś przeziębiony(a) lub masz grypę, twój lekarz zadecyduje, że nie potrzebujesz antybiotyku i zaleci byś dbał(a) o siebie, aż poczujesz się lepiej**
- **Jeśli objawy nie ustępują lub się nasilają, skontaktuj się z lekarzem, ponieważ możesz potrzebować ponownego badania**



## Przeziębienie? Grypa? Zdrowiej bez antybiotyków

Co robić, gdy jesteś przeziębiony(a) lub masz grypę!

1. **Wypoczywaj i dbaj o siebie, by poczuć się lepiej**
2. **Pij dużo płynów, aby uniknąć odwodnienia**
3. **Zapytaj swojego lekarza o inne niż antybiotyki środki łagodzące dokuczliwe objawy, takie jak ból gardła, zatłakany nos, czy kaszel**

Jeśli objawy nie ustępują lub wręcz się nasilają, skontaktuj się z lekarzem, ponieważ możesz potrzebować innego leczenia.