[**آنتی بیوتیکها را خودسرانه مصرف نکنیم**](https://www.yjc.ir/fa/news/5860649/%D8%A2%D9%86%D8%AA%DB%8C-%D8%A8%DB%8C%D9%88%D8%AA%DB%8C%DA%A9-%D8%AE%D9%88%D8%AF%D8%B3%D8%B1%D8%A7%D9%86%D9%87-%D9%85%D8%B5%D8%B1%D9%81-%D9%86%DA%A9%D9%86%DB%8C%D9%85) **...**

**مصرف بی رویه و بدون تجویز آنتی بیوتیک ها، سبب ایجاد مقاومت میکروبی در برابر مصرف آن میشود**

آنتی‌بیوتیک‌ها دسته‌ای از داروها هستند که در بیماری‌های عفونی ایجاد شده توسط باکتری‌ها به کار می‌روند. آنتی‌بیوتیک‌ها از نظر مکانیسم اثر بر باکتری‌ها، روش و میزان استفاده، عوارض جانبی، و از این نظر که توانایی مقابله با چند نوع باکتری را دارند، با هم متفاوت هستند. برخی از آنها کشنده‌ی باکتری‌ها و برخی مانع رشد و تکثیر باکتری‌ها از طرق مختلف هستند. برخی خوراکی، برخی تزریقی و بعضی موضعی مصرف می‌شوند. برخی بر تنها چند نوع باکتری معمولی اثر دارند و برخی بر طیف وسیعی از باکتری‌ها و بر باکتری‌های قوی‌تری مؤثر هستند.

بنابراین آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان بیماری‌های ویروسی، مانند اغلب سرماخوردگی‌ها و انفلوانزاها اثر ندارند! بیش از 90 درصد سرماخوردگی‌ها شامل سردردها، تب، سرفه، عطسه و حتی برخی موارد ذات‌الریه، ویروسی هستند.

همه‌ی آنتی‌بیوتیک‌ها عوارض جانبی دارند. بنابراین وقتی مصرف آنتی‌بیوتیک لازم نیست، نباید فرد را در معرض خطر عوارض جانبی آن قرار داد. از عوارض شایع آنتی‌بیوتیک‌ها می‌توان به احساس ناراحتی در معده، اسهال، تهوع و استفراغ، بثورات پوستی و واکنش‌های حساسیتی اشاره کرد. عوارض دیگر شامل کاهش حس چشایی، سرگیجه، درد شکمی، بی‌اشتهایی، تب، سردرد، بی‌قراری، تغییر رنگ دندان در کودکان، حساسیت به نور، ایجاد عفونت‌های قارچی (مانند کاندیدیای واژینال) و ... است.

از عوارض جدی‌تر آنتی‌بیوتیک‌ها به این موارد می‌توان اشاره نمود: صدمه به کلیه ها، آسیب کبدی، تشنج، اختلال اعصاب محیطی و...

وقتی آنتی‌بیوتیک با دستور پزشک؛ به جا، درست و به میزان کافی مصرف شود، کاملاً ایمن بوده و یا تنها سبب بروز عوارض جانبی بسیار خفیف و ناچیزی می‌شود. اما به هر حال ممکن است عوارضی رخ دهد که بیمار نتواند دارو را تحمل کرده و دوره‌ی درمانی را کامل کند؛ در این صورت پزشک دارو را تغییر خواهد داد. بیمار با احساس هر نوع علامت جدید و مشکلی، باید مسئله را به پزشک خود اطلاع دهد.

در صورتی که فرد بدون تجویز پزشک به مصرف آنتی‌بیوتیک اقدام می‌کند، نه تنها خود را بدون دلیل در معرض خطر عوارض جانبی دارو قرار می‌دهد بلکه دچار مقاومت آنتی‌بیوتیک نیز می‌شود.

از نتایج ایجاد مقاومت آنتی‌بیوتیکی می‌توان به این موارد اشاره نمود:

• عدم پاسخ بیماری به درمان‌های رایج

• افزایش شیوع بیماری های عفونی

• افزایش میزان مرگ‌ و میر ناشی از بیماری‌های عفونی

• طولانی شدن دوره‌ی بیماری‌های عفونی

• افزایش عوارض بیماری‌ها

• افزایش هزینه‌ها

• افزایش زمان بازگشت فرد به فعالیت عادی در زندگی

ایجاد مقاومت آنتی‌بیوتیک باعث شیوع برخی عفونت‌ها در جامعه می‌شود و از طرفی سبب می‌شود که وقتی فرد در آینده به یک بیماری عفونی باکتریایی مبتلا ‌شود، دیگر آن آنتی‌بیوتیک‌ها نتوانند سبب درمان وی شوند و نیاز به تجویز آنتی‌بیوتیک‌های قوی‌تری است که البته بعد از مدتی به این آنتی‌بیوتیک‌ها نیز مقاومت ایجاد خواهد شد. یعنی در یک عفونت معمولی، فرد نیاز به بستری شدن در بیمارستان پیدا کرده و علاوه بر متحمل شدن درد و رنج بیشتر، هزینه‌ی بیشتری نیز صرف می‌شود. مقاومت آنتی بیوتیکی یکی از علل افزایش آمار مرگ ‌و میر در بیماری‌های عفونب جدی است! پس برای جلوگیری از ایجاد مقاومت آنتی بیوتیکی از مصرف خودسرانه‌ی آنتی‌بیوتیک‌ها بپرهیزید.

خود درمانی یکی از از عوامل مهم در ایجاد و ظهور باکتری های مقاوم است. چرا که نه تنها درمان درست انجام نمی گیرد بلکه امکان ظهور باکتری های مقاوم هم در میانه مسیر درمان به وجود می آید هرگز آنتی بیوتیک را بدون تجویز پزشک مصرف نکنید زیرا ممکن است نیاز به مصرف انتی بیوتیک نداشته باشیدو یا آنتی بیوتیکی که دارید برای بیماری جدید شما مناسب نباشدو یا آنتی بیوتیک کافی را ربرای از بین بردن باکتری ها مصرف نکنید و این مسئله مقاومت باکتری ها به آنتی بیوتیک گردد.

مصرف آنتی بیوتیک در جهان از سال 2000 تا 2010 به میزان 36 درصد افزایش داشته و این عدد درکشورمان در طول این 10 سال 3/3 درصد بوده است به طوریکه در سال 2000 میزان مصرف آنتی بیوتیک در کشور 1/39 درصد بوده که در سال 2010 به 8/51 درصد رسیده است.

آنتی‌بیوتیکها از شایعترین داروهای مورد استفاده نابجا هستند. نتیجه کاربرد وسیع آنتی‌بیوتیکها، به وجود آمدن عوامل بیماریزای مقاوم بوده که خود نیاز به تولید همیشگی انواع جدیدتر آنتی‌بیوتیکها را ایجاد کرده است. متأسفانه سرعت توسعه داروهای جدیدتر کاهش قابل توجهی یافته است؛ بنابراین لازم است درآینده از تجویز غیر ضروری این داروها توسط پزشکان پرهیز شود.

این تجویزها که به طور گسترده و معمولاً توسط درخواست شدید بیماران و کمبود وقت پزشکان در اقدامات تشخیصی انجام می شود و لازم است به سمت تجویز محتاطانه و دقیق آنتی‌بیوتیکها پیش برود. مطابق آمارهای وزارت بهداشت ایران، مصرف آنتی بیوتیک در کشور روند بالایی یافته است.

مقاومت به آنتی بیوتیک، یعنی میکروب‌های بیماری‌زا که برای مبارزه با آنان آنتی بیوتیک استفاده می‌شوند، با جهش ژنی نسبت به این داروها مقاومت پیدا کنند و نسل‌های جدیدی به وجود بیایند که نتوان با آنها مبارزه کرد. از مهم‌ترین عوامل این پدیده، مصرف خودسرانه و یا بیش از حد آنتی بیوتیک‌ها است. این پدیده کل جامعه انسانی را به خطر می‌اندازد به طوری که خطر آن را به تروریسم تشبیه کرده‌اند.

مصرف خودسرانه دارو علاوه بر اينكه عوارض جبران‌ناپذيري را متوجه فرد مي‌كند، در برابر بسياري از داروها، فرد را مقاوم خواهد کرد. اين در حالي است که مقاومت به داروهاي ضدميكروبي عوارض بيشتري دارد. ميكروب‌ها بسيار هوشمند هستند و براي ادامه حياتشان تغييراتي در ساختار خود ايجاد مي‌كنند و نسبت به داروهاي آنتي‌بيوتيكي مقاوم مي‌شوند و زماني كه فرد به يك بيماري عفوني مبتلا شود، ديگر نسبت به درمان آنتي‌بيوتيك پاسخ نمي‌دهد.

هرگز مصرف آنتی بیوتیک را پس از مدت کوتاهی از آغاز درمان و یا زمانی که احساس می کنید بهتر شده اید قطع نکنید. کامل کردن دوره درمان برای از بین بردن تمام باکتری ها ی بیماری زا ضروری است کاهش دوره درمان اغلب فقط باکتری های آسب پذیر را از بین میبرد. آنتی بیوتیک در انواع مختلف ، اشکال مختلف( قرص، کپسول، سوسپانسیون خوراکی، تزریقی، و...) و در مقادیر مختلف وجود دارد بسته به باکتری مسبب بیماری ، شدت بیماریو شرایط بیمار ، آنتی بیوتیک مناسب با مقدار مناسب  و دوره زمانی مناسب توسط پزشک تجویز می گردد. به خاطر داشته باشیم استفاده استفاده بیش از حد یا نادرست از آنتی بیوتیک ها یعنی مشارکت در گسترش مقاومت میکروبی.

در هر سرماخوردگی و آنفلوانزایی آنتی‌بیوتیک مصرف نکنید! اغلب این بیماری‌ها ویروسی هستند و آنتی‌بیوتیک به درمان آنها کمکی نمی‌کند.

 وقتی پزشک می‌گوید که بیماری شما یا فرزندتان ویروسی است، تقاضای تجویز آنتی‌بیوتیک نکنید!

· اگر پزشک برای شما آنتی بیوتیک تجویز کرده است، آن را مطابق دستور پزشک به میزان توصیه شده و به موقع مصرف کنید. هرگز به بهانه‌ی بهبود علایم بیماری خود و بهتر شدن حالتان، مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع نکنید. مصرف آنتی بیوتیک باید تا زمانی که پزشک توصیه نموده است ادامه یابد! برای مثال وقتی پزشک برای یک عفونت گوش برای مدت دو هفته کپسول آموکسی‌سیلین تجویز نموده و شما در روز پنجم مصرف آن گوش دردتان خوب شده، هرگز نباید مصرف آموکسی‌سیلین را قطع کنید و باید آن را تا انتهای روز چهاردهم به شکل منظم مصرف کنید.

· هرگز آنتی‌بیوتیک‌هایی را که در خانه باقی مانده برای مصرف به کس دیگری ندهید یا هرگز از آنتی‌بیوتیک‌های اضافه‌ی فرد دیگری استفاده نکنید! ممکن است آنتی‌بیوتیکی که برای بیماریِ فردی تجویز شده، برای فرد دیگری مناسب نباشد.

**تهیه و تنظیم از :دکتر حمید قهرمانی-کارشناس مسئول امور داروئی معاونت بهداشتی استان گیلان**