

## W jaki sposób przyjmowanie antybiotyków prowadzi do antybiooporności?

Podczas każdego stosowania antybiotyków, nieszkodliwe bakterie żyjące w naszych ciałach mogą stać się na nie odporne. Kiedy bakterie nabierają oporności na różne rodzaje antybiotyków, nazywane są bakteriami wieloopornymi lub „superbakteriami”.

Infekcje wywołane przez superbakterie są trudniejsze w leczeniu lub mogą być niemożliwe do wyleczenia. Superbakterie powodują:

- Infekcje, które można leczyć tylko silniejszymi antybiotykami, mającymi więcej skutków ubocznych i wiążącymi się z większym ryzykiem
- Infekcje, które mogą być leczone wyłącznie antybiotykami do wstrzykiwania
- Infekcje, w przypadku których nie ma skutecznego leczenia antybiotykami.

Niektóre odporne bakterie mogą również rozprzestrzeniać się na innych mieszkańców domu opieki.

## Najważniejsze informacje

- Antybiotyki są wartościowymi i silnymi lekami
- Antybiotyki mogą powodować skutki uboczne, a osoby starsze są na nie bardziej podatne
- Niektóre infekcje ustępują bez antybiotyków
- Odporność bakterii na antybiotyki oznacza, że niektóre antybiotyki mogą nie zadziałać w przyszłości.

## A co, jeśli mam pytania dotyczące antybiotyków?

**Porozmawiaj z personelem domu opieki nad osobami starszymi i lekarzem, jeśli masz jakiegokolwiek pytania dotyczące antybiotyków.**

**Zapytaj:**

- Co to za antybiotyk? Na jakie schorzenie jest przepisywany?
- Czy mój stan może się poprawić bez antybiotyków?
- Czy wykonane zostały jakieś badania konieczne do zdiagnozowania infekcji? Kiedy będą dostępne wyniki?
- Czy istnieją inne zalecane metody leczenia i opieki?
- Jakie są zagrożenia lub skutki uboczne stosowania tego antybiotyku?
- Jak długo mam przyjmować ten antybiotyk?
- Czy dostępne są jakieś zalecenia dotyczące sposobu przyjmowania antybiotyku, aby upewnić się, że działa skutecznie? (Niektóre antybiotyki najlepiej działają przyjmowane z jedzeniem, inne na pusty żołądek lub osobno od innych leków)
- Czy ten antybiotyk będzie oddziaływał wzajemnie z innymi lekami (na przykład niektóre antybiotyki mogą oddziaływać wzajemnie z lekami rozrzedzającymi krew, takimi jak warfaryna)
- Skąd będzie wiadomo, że dany antybiotyk leczy moją infekcję?

Możesz poprosić personel domu opieki nad osobami starszymi lub lekarza o pisemne informacje na temat zalecanego antybiotyku lub infekcji.



Australian Government

Aged Care Quality and  
Safety Commission

Engage  
Empower  
Safeguard



## Czy potrzebujesz antybiotyków?

Informacje o antybiotykach dla mieszkańców domów opieki nad osobami starszymi oraz ich rodzin, opiekunów i przedstawicieli.

**1800 951 822**

[agedcarequality.gov.au](http://agedcarequality.gov.au)



**Lepsze wykorzystanie  
antybiotyków**

## Dlaczego antybiotyki są dla nas ważne?

**Antybiotyki są wartościowymi oraz silnymi lekami – i powinny być stosowane tylko w określonych celach.**

Mogą być stosowane w zwalczaniu wielu infekcji bakteryjnych, takich jak infekcje dróg moczowych, skóry i układu oddechowego. Mogą ratować życie w przypadku poważnych zakażeń, takich jak sepsa.

Kiedy są potrzebne, płynące z nich korzyści przeważają nad ryzykiem skutków ubocznych i odporności na antybiotyki.

Jednak antybiotyki **nie zawsze są potrzebne**. Nie pomogą, jeśli nie ma potrzeby ich stosowania, a skutki uboczne mogą jednak być szkodliwe i przyczynić się do antybiotykoodporności.

## Czego nie leczą antybiotyki?

- wielu infekcji górnych dróg oddechowych wywoływanych przez wirusy
- niektórych infekcji bakteryjnych, które szybko ustępują nawet bez stosowania antybiotyków. Przykładami tego są zapalenie oskrzeli, infekcje zatok i uszu
- nieszkodliwych bakterii w warunkach, w których nie występują objawy lub oznaki infekcji. Przykładem może być bezobjawowa bakteriuria (nieszkodliwe bakterie w moczu wykryte podczas badania z użyciem paska testowego lub posiewu moczu) lub niezainfekowane rany skóry
- w przypadku stosowania w celu zapobiegania infekcjom (profilaktyka). Przykładem tego są kremy przeciwgrzybicze na skórę stosowane przez miesiące lub doustne antybiotyki rozpoczęte na wypadek, gdyby infekcja mogła się rozwinąć, stosowane przez miesiące, a czasem lata.

## Jakie są możliwe skutki uboczne i zagrożenia związane z antybiotykami?

**Efekty uboczne antybiotyków są powszechne, a osoby starsze znajdują się w grupie podwyższonego ryzyka. Częste działania niepożądane to:**

- Utrata apetytu/  
ograniczenie jedzenia i picia
- Nudności
- Biegunka
- Infekcje drożdżakowe, takie jak pleśniawki
- Wysypka

**Antybiotyki mogą mieć również inne, czasem poważniejsze skutki uboczne i zagrożenia:**

- Reakcje alergiczne zagrażające życiu
- Wzajemne oddziaływanie między antybiotykami a innymi lekami
- Infekcje bakteriami opornymi na antybiotyki, ponieważ wystawienie na działanie antybiotyku może spowodować przystosowanie się bakterii (w tym nieszkodliwych bakterii) w organizmie, tak aby nie były już zabijane przez ten antybiotyk
- Infekcję *C. difficile* (lub *C. diff*), która jest chorobą przewodu pokarmowego spowodowaną zniszczeniem dobrych bakterii w jelitach przez antybiotyki. Infekcja *C. diff* powoduje bóle brzucha, nudności i biegunkę. Może prowadzić do poważnych uszkodzeń jelit i rozprzestrzeniać się na inne osoby. Ryzyko infekcji *C. diff* utrzymuje się przez wiele miesięcy, nawet po odstawieniu antybiotyków.

**Jedna na pięć recept ma na celu zapobieganie infekcjom, a wiele z nich może nie być koniecznych.**

**Siedmiu na dziesięciu mieszkańców otrzymuje jedną lub więcej terapii antybiotykowych rocznie. Niektóre z tych terapii mogą nie być konieczne. Jeśli lekarz planuje przepisać ci antybiotyk, poproś go najpierw o wyjaśnienie, z jakiego powodu to robi.**

## Jak mogę utrzymać dobry stan zdrowia?

**Możesz utrzymać dobry stan zdrowia i dbać o zdrowie innych poprzez:**

- Częste dbanie o higienę rąk poprzez mycie ich wodą z mydłem po skorzystaniu z toalety i używanie środka dezynfekującego na bazie alkoholu przed dotykaniem innych osób lub jedzeniem
- Naleganie, aby pracownicy służby zdrowia i odwiedzający myli ręce przed dotknięciem lub opatrzeniem rany
- Zakrywanie ust podczas kaszlu, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się zarazków
- Poproszenie rodziny lub przyjaciół o nie odwiedzanie cię, gdy źle się czujesz
- Pozostawanie w swoim pokoju podczas choroby
- Profilaktyczne szczepienie się na grypę, COVID-19 i zapalenie płuc oraz zachęcanie innych wokół siebie, aby zrobili to samo.

Więcej informacji na ten temat można uzyskać od personelu domu opieki nad osobami starszymi i lekarza.

**Mądre stosowanie antybiotyków dzisiaj gwarantuje, że będą one działać jutro.**