

# Правила приема антибиотиков

## 1 Любые антибиотики следует принимать только по назначению врача

Основное правило — использовать антибиотики только в тех случаях, когда без них невозможно обойтись. Показания к применению антибиотиков – появление признаков острой бактериальной инфекции, с которой организм не справляется самостоятельно:

- Стойкое и длительное повышение температуры
- Гнойные выделения
- Изменения состава крови – увеличение лейкоцитов (лейкоцитоз), сдвиг лейкоцитарной формулы влево (увеличения палочкоядерных и сегментоядерных лейкоцитов), повышенная СОЭ
- После периода улучшения повторное ухудшение состояния больного.

Известно, что перед вирусами антибиотики бессильны. Поэтому при гриппе, ОРВИ, некоторых острых кишечных инфекциях их применение бессмысленно и не безопасно (см. пить ли антибиотики при простуде и орви).



## 2 Записывайте всю информацию о приеме антибиотиков вами ранее

Когда, какие антибиотики, каким курсом, при каких заболеваниях — записывайте. Особенно это касается приема препаратов детьми. Во время применения антибиотиков важно обращать внимание на то, какие были побочные действия или проявления аллергии и записывать это. Врач не сможет адекватно подобрать вам антибиотик, в случае, когда не владеет информацией. Также стоит сообщить врачу о других препаратах, которые вы принимаете (постоянно или непосредственно сейчас).

## 3 Сдайте анализ на бактериальный посев для выбора «лучшего» антибиотика

При некоторых заболеваниях необходимо сдать анализы на бактериальный посев с определением чувствительности к антибиотикам. Когда есть лабораторные данные, подбор антибиотика упрощается и в этом случае лечение будет эффективным. Недостатком этого анализа является то, что ожидание результата занимает от 2 до 7 дней.

## 4 Строго соблюдать время и кратность приема

Всегда выдерживайте равные промежутки времени между приемами антибиотика. Это надо для поддержания постоянной концентрации препарата в крови. Многие ошибочно воспринимают информацию о кратности приема, если рекомендовано принимать 3 раза в день, это не значит, что прием должен быть на завтрак, обед и ужин. Это означает, что прием осуществляется через 8 часов. Если 2 раза в день, то точно через 12 часов.

## 5 Непрерывность курса лечения

Если начат курс антибиотика, ни в коем случае нельзя прекращать лечение, как только почувствуете улучшение. Стоит продолжать лечение спустя 2-3 дня после улучшения, выздоровления. Также следует следить за эффектом от антибиотика. Если в течение 72 часов улучшения не наблюдается, значит возбудитель к этому антибиотику устойчив и его следует заменить.

## 6 Никогда не пытайтесь корректировать дозировку антибиотика

Применение препаратов в малых дозах очень опасно, так как повышается вероятность возникновения устойчивых бактерий. Увеличение дозы тоже не безопасно, поскольку приводит к передозировке и побочным эффектам.

## 7 Чем запивать и когда пить антибиотик?

Четко следуйте инструкции по правильному приему конкретного лекарственного препарата, поскольку у различных антибиотиков различная зависимость от приема пищи:

- одни — следует принимать во время еды
- другие — выпивать за час до еды или спустя 1-2 часа после еды

Рекомендуется запивать любые лекарства только водой, чистой, негазированной, не рекомендуется запивать антибиотики молоком и кисломолочными продуктами, а также чаем, кофе и соками (но есть исключения, внимательно читайте инструкции).

## 8 Принимайте пробиотики

Во время лечения стоит принимать препараты, которые восстанавливают естественную микрофлору кишечника. Поскольку антибактериальные средства уничтожают полезные бактерии в организме, надо принимать пробиотики, употреблять кисломолочные продукты (отдельно от приема антибиотиков). Лучше эти препараты принимать в перерывах между приемом антимикробных средств.

## 9 При лечении антибиотиками соблюдайте специальную диету

Стоит отказаться от жирных продуктов, жареных, копченостей и консервированных продуктов, исключить алкоголь и кислые фрукты. Прием антибиотиков угнетают работу печени, следовательно, пища не должна слишком нагружать печень. В рацион включайте больше овощей, сладких фруктов, белый хлеб.