

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ – 7 АПРЕЛЯ 2011 ГОДА

УСТОЙЧИВОСТЬ К ПРОТИВОМИКРОБНЫМ ПРЕПАРАТАМ: ЕСЛИ СЕГОДНЯ НЕ ПРИНЯТЬ МЕРЫ, ЗАВТРА МЫ ОСТАНЕМСЯ БЕЗ ЛЕКАРСТВ

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ по традиции отмечается 7 апреля в ознаменование создания ВОЗ. Ежегодно в этот день Организация выбирает важную проблему глобального здравоохранения для привлечения к ней всеобщего внимания. В этом году Всемирный день здоровья посвящён **устойчивости к противомикробным препаратам.**

Устойчивость к противомикробным препаратам – это не новая проблема, но она становится всё более опасной. Многие страны уже принимают меры; но для того, чтобы не допустить возврата к «**доантибиотиковой эре**» необходимы срочные совместные усилия. Мы живём в эпоху зависимости от антибиотиков и других противомикробных препаратов для лечения таких болезней, как, например, ВИЧ/СПИД, которые несколько лет назад были бы смертельными. Когда появляется к ним устойчивость микроорганизмов, известная как лекарственная устойчивость, эти лекарства становятся неэффективными.

Во Всемирный день здоровья 2011 года ВОЗ будет призывать к усилению глобальной приверженности делу сохранения этих лекарств для будущих поколений. В этот День ВОЗ обратится к правительствам и другим заинтересованным сторонам с призывом принять политические меры и проводить практические методики, необходимые для

предотвращения возникновения высокоустойчивых микроорганизмов и борьбы с ними.

Старший научный сотрудник ГНИЦ профилактической медицины, кандидат медицинских наук, эксперт Лиги здоровья нации, Галина ХОЛМОГорова: «К несчастью микроорганизмы стали резистентны к антибиотикам. Это произошло от их бесконтрольного употребления. Идет постоянная борьба человека и микромира. Люди придумывают все новые и новые антибиотики, а микромир все более сопротивляется. Например, в начале эры антибиотиков стрептококки лечили пеницилином, а сейчас они имеют такой фермент как пеницилаза, которая разлагает пеницилин. И есть даже виды стрептококков, которые не могут жить без пеницилина. Микробы наркоманы. Микробы, которые приобрели устойчивость к антибиотикам, называют сверхинфектами. Мы можем оказаться в доантибиотиковой эре. Т.е. ни на один микроорганизм не будет действовать ни один антибиотик.

МЫ СТАНЕМ БЕЗОРУЖНЫ ПЕРЕД ЭПИДЕМИЯМИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИИ.

Это очень большая проблема».

«Вначале, когда открыли антибиотики, была теория ударных доз – давать антибиотиков много, чтобы полностью победить инфекцию. Это дало обратный эффект, поскольку антибиотики очень сильно ослабляют иммунитет и инфекции стали побеждать людей», - рассказывает

Галина ХОЛМОГорова.

По словам специалиста, устойчивость к антибиотикам вызвана следующими причинами:

- Доступность;

- Дешевизна;

- Самолечение, применение антибиотиков без показаний;

- Прерывание курса лечения антибиотиками после снятия симптомов;

*«На Западе, особенно в Америке, нельзя купить антибиотики, только по назначению врача, по показаниям. Только в тех случаях, когда без них нельзя обойтись. А эти случаи очень тяжелые: пневмония, сепсис и т.д. У нас же любой антибиотик можно купить. Дело доходит до того, что люди антибиотиками лечат насморк. Вирусные заболевания ни в коем случае нельзя лечить антибиотиками. Вирус гриппа находится внутри клетки, а антибиотики циркулируют в организме только во внеклеточной жидкости, там, где находятся бактерии и другие микроорганизмы. Бесконтрольное потребление антибиотиков и их дешевизна привело к тому, что люди по каждому пустяку принимали антибиотики и кормили своих микробов. А микробы размножаются стремительно и мутируют очень быстро. Если человек убил 99,9 микробов и оставил хоть 0,1 микроорганизм, на который не подействовал этот антибиотик, то он стремительно размножается и передает свой генетический материал устойчивости к антибиотикам. Человек становится опасным для окружающих. Мы ведь обмениваемся вирусами, микробами, и вирусы, переходя от человека к человеку, становятся все более вирулентны», - поясняет **Галина ХОЛМОГорова**.*

Есть и другая негативная сторона бесконтрольного употребления антибиотиков. Подавление естественной микрофлоры дает безудержный рост грибковых инфекций.

Меры, направленные на снижение устойчивости к антибиотикам:

- Употребление антибиотиков строго по показаниям и по назначению лечащего врача
- Соблюдение сроков лечения

*«Врачи назначают лечиться 10 дней, а человек устал. У него ангина фуникулярная, ее действительно нужно лечить антибиотиком, а человеку через три дня стало лучше. Горло перестало болеть, отечность ушла. Он говорит: «А зачем я буду пить антибиотик». Он покормил свои микробы антибиотиками, не долечился как следует, бросил лечение. У него в организме остались те микробы, которые приобрели устойчивость к этим антибиотикам», - поясняет **Галина ХОЛМОГорова**.*

Специалисты также обращают внимание, что устойчивые к антибиотикам микроорганизмы становятся все более агрессивными. И если раньше некоторые заболевания можно было вылечить одним уколом, то теперь требуется длительный курс лечения.

Всемирный день здоровья – это также повод напомнить о значении профилактических программ. Профилактика, в том числе, решает и проблему устойчивости к антибиотикам, ведь если не наступит заболевание, значит, и лечение не потребуется.

По этому направлению есть ряд мнений, но все они сходятся в одном - здоровое питание - залог здорового тела и духа. Более подробно на эту тему можно по [читать](#) на проекте Woman's Day

Во многих странах, в том числе и в России, формирование здорового образа жизни и профилактика заболеваний становится приоритетом государственной политики. Общероссийская общественная организации **Лига здоровья нации** на протяжении нескольких лет реализовывает целый ряд профилактических программ. В 2011 году стартовала Всероссийская образовательно-профилактическая программа **«Промывание носа – барьер для вирусов»**, направленная на снижение заболеваемости гриппом и ОРВИ, аллергическими ринитами. В основе методики промывания носа лежит тот факт, что вирусам и бактериям для проникновения в организм необходимо 4-8 часов, и если успеть за это время их физически устранить (с помощью промывания), болезнь просто не разовьется. Акция уже успешно прошла в **Екатеринбурге, Нижнем Новгороде, Ульяновске, Магнитогорске, Самаре, Казани, Тюмени, Уфе, Краснодаре, Ростове-на-Дону, Челябинске, Волгограде**. В ближайшее время программа продолжится в Москве, Санкт-Петербурге и еще в 22 городах-миллионниках РФ. Программа продемонстрировала положительные результаты массовой профилактики гриппа и ОРВИ. Согласно независимой оценке, заболеваемость ОРВИ и гриппом у наблюдаемых, ежедневно проводящих процедуру полного объемного промывания носа, снизилась в 3 раза. По словам **заместителя главного врача ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» Виктора РОМАНЕНКО**, *«эта гигиеническая процедура должна войти в обиход россиян, как когда-то – ежедневная чистка зубов. Поверьте, когда-то и это было диковинкой»*.

Автор: Administrator
05.04.2011 17:15

Наряду с полным объемным промыванием носа специалисты дают ряд традиционных рекомендаций, направленных на сохранение здоровья. *«Ведите здоровый образ жизни, закаляйтесь, не пере едайте, не пейте, не курите, не употребляйте наркотики»,*

- говорит

Галина ХОЛМОГорова.