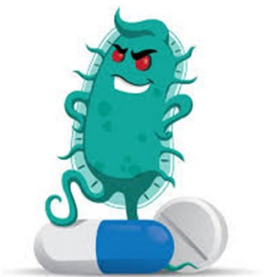




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان
بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

مقاومت میکروبی



شناسنامه ی پرورش آموزش

عنوان	مقاومت میکروبی
تهیه و تنظیم	لیلا بهمنی
سمت	کارشناس ارشد پرستاری
تایید کننده و نظارت	کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1404
ناظر کیفی	

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

شماره تلفن بیمارستان

۵۰-۳۳۳۳۶۱۴۶

واحد کنترل عفونت

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۵



وب سایت : rahimi.Lums.ac.ir

اسهال: در صورت درد شدید شکمی، وجود خون در مدفوع، سیاه بودن رنگ مدفوع، تب بیش از ۳۹ درجه، تهوع شدید که نوشیدن مایعات را دچار مشکل کند، به پزشک مراجعه کنید. در کودکان علاوه بر علائم فوق اگر خشکی دهان و زبان، فرورفتگی چشم، گریه بدون اشک، کم شدن ادرار، گیجی و یا خواب آلودگی مشاهده شد سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

درمان اولیه اسهال با مصرف مایعات کافی (مانند محلول ORS است). بسیاری از موارد اسهال نیاز به آنتی بیوتیک ندارد، مگر اینکه پزشک تجویز کند.



• اگر پزشک برای ما آنتی بیوتیک تجویز کرده، دارو را طبق دستور پزشک با مقدار، زمان و روش تجویز شده مصرف کنیم.

به پزشک برای تجویز یک داروی خاص اصرار نکنیم.

اگر قبلاً با مصرف دارویی دچار علائمی مثل تهوع، استفراغ، کهیر، دانه های پوستی شده ایم، پزشک را در جریان بگذاریم.

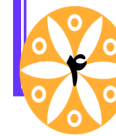
اگر با مصرف داروهای ضد میکروبی، شامل آنتی بیوتیک، دچار مشکل شدیم (مانند تهوع، دل درد، اسهال، قرمزی و خارش پوست، ...) به جای قطع خودسرانه ی دارو با پزشک تماس بگیریم.

برای بیماری های شایع، چه درمان هایی را خودم میتوانم به کار بگیرم؟

سرماخوردگی و آبریزش بینی: سرما خوردگی ها عمدتاً ویروسی هستند و با استراحت، مصرف مایعات کافی و غرغره آب نمک ولرم بهبود می یابند.

گلودرد: اغلب موارد گلو درد ویروسی هستند و نیاز به آنتی بیوتیک ندارند. اما اگر علائم در عرض ۳-۴ روز بهتر نشد به پزشک مراجعه کنید. استراحت، مصرف مایعات کافی، سوپ، غرغره آب نمک ولرم و قرص های مکیدنی و مسکن کمک کننده است.

گوش درد: اغلب موارد گوش درد، ویروسی هستند. مصرف مسکن و گذاشتن حوله گرم روی گوش کمک کننده است. بهتر است از ابتدا گوش شما توسط پزشک معاینه شود و اگر پزشک آنتی بیوتیک تجویز کرد، طبق دستور پزشک مصرف کنید.



مقاومت میکروبی یکی از ۱۰ تهدید بزرگ سلامت در جهان است

مقاومت میکروبی یعنی چه؟

مقاومت میکروبی به این معنی است که دارویی که قبلاً بر روی یک میکروب موثر بوده، حالا تاثیر خود را از دست داده است. در واقع تغییراتی در بدن میکروب رخ داده، که به دارو اجازه تاثیر نمی دهد. به بیان دیگر، میکروب به این دارو مقاوم شده. وقتی یک میکروب به یک دارو مقاوم شود، دیگر آن دارو نمی تواند بیماری حاصل از آن میکروب را درمان کند.



افزایش مقاومت میکروبی چه عواقبی را به همراه دارد؟ زمانی که میکروب ها به داروها مقاوم میشوند، درمان عفونت ه اسخت تر شده و باید از داروهای گران تر استفاده کرد که بعضی از آنها عوارض بیشتری دارند. برخی از عفونت های مقاوم می توانند حتی تهدیدی برای زندگی افراد باشند. علاوه بر آن عفونت های مقام نیاز بیشتری به بستری داشته، سایر هزینه های درمان را نیز بالاتر می برند. در صنایع دامپروری و تولید محصولات غذایی با منشا حیوانی، بروز مقاومت میکروبی منجر به صدمات اقتصادی بسیار شدید خواهد شد.



آیا آنتی بیوتیک ها عارضه جانبی دارند؟ مصرف هر دارویی می تواند با عوارض جانبی همراه باشد و آنتی بیوتیک ها از این قاعده مستثنی نیستند. عوارض جانبی شایع آنتی بیوتیک ها می توانند شامل حساسیت، دانه های قرمز بر روی پوست، سرگیجه، تهوع، اسهال و عفونت های قارچی باشد. علاوه بر آن آنتی بیوتیک می تواند همزمان باکتری های مفید بدن را نیز از بین ببرد و باعث مشکلات دیگری مانند اختلالات گوارشی و کمبود برخی از ویتامین هاشود. در صورتی که پس از مصرف آنتی بیوتیک به اسهال شدید دچار شده اید فوراً به پزشک مراجعه نمایید. این حالت میتواند ناشی از عفونت با میکروب کلستریدیوم دیفیسیل باشد که می تواند منجر به تخریب گسترده بافت روده بزرگ و مرگ گردد. اگر هر کدام از عوارض مصرف آنتی بیوتیک را تجربه نمودید به کارکنان ارائه کننده خدمات سلامت مراجعه نمایید.

چه عواملی باعث گسترش میکروب های مقاوم می شود:

- ♦ مصرف خودسرانه ی داروهای ضد میکروبی بدون تجویز پزشک
- ♦ مصرف دارو کمتر از میزان تجویز شده، رعایت نکردن زمان درست مصرف دارو، یا زود قطع کردن دارو قبل از پایان دوره و درمان
- ♦ رعایت نکردن راه های پیشگیری از عفونت، مثل رعایت نکردن بهداشت فردی که باعث انتقال بیماری از فردی به فرد دیگر می شود.

چگونه می توانیم از انتقال میکروب هاو میکروب های مقاوم جلوگیری کنیم؟



- ♦ همیشه دست ها را قبل از خوردن یا تهیه غذا، بعد از دستشویی، و بعد از تماس با اشیا یا سطوح آلوده، با آب و صابون بشوئید.
- ♦ دست ها را از چشم، دهان و بینی خود دور نگه دارید، چرا که میکروب ها از این طریق می توانند وارد بدن شوند.
- ♦ هنگام سرفه و عطسه، بینی و دهان خود را با دستمال و یا قسمت داخل آرنج خود بپوشانید.
- ♦ اگر دچار حالت تهوع، استفراغ و یا اسهال هستید، برای دیگران غذا آماده نکنید.
- ♦ واکسیناسیون خود و فرزندان را به موقع انجام دهید.
- ♦ غذا را از رستوران های معتبر و بهداشتی تهیه کنید و در صورت نیاز در یخچال نگهداری دارید.
- ♦ از برقرای رابطه جنسی غیر ایمن خودداری کنید.

چگونه می توانیم از ایجاد مقاومت میکروبی جلوگیری کنیم؟

از مصرف خودسرانه داروهای ضد میکروبی، شامل آنتی بیوتیک ها، خودداری کنیم. بدون نسخه پزشک از داروخانه درخواست داروهای ضد میکروبی، شامل آنتی بیوتیک نکنیم. باقیمانده آنتی بیوتک ها را دور بریزیم. آنها را به کس دیگری ندهیم و برای یک بیماری دیگر خودمان نیز استفاده نکنیم. اگر پزشک برای ما آنتی بیوتیک تجویز کرده، دارو را طبق دستور پزشک با مقدار، زمان و روش تجویز شده مصرف کنیم.

