

Antibiotiká

Čo by sme mali vedieť

Antibiotiká (ATB) sú život zachraňujúce lieky, ktoré sa používajú v liečbe infekčných ochorení u ľudí aj zvierat. Sú to napríklad infekcie dýchacích ciest, močových ciest, infekcie tráviaceho traktu, kože alebo mäkkých tkanív. Ich mechanizmus účinku spočíva v zastavení rastu baktérií (bakteriostatický účinok) alebo ich usmrtení (baktericídny účinok). Je nesprávne domnievať sa, že antibiotiká sú účinné proti vírusovým infekciám, ktorých pôvodcom môže byť napríklad vírus chrípky alebo rhinovírusy (pôvodcovia infekčnej nádchy). Antibiotiká nedokážu bojovať proti vírusom, a preto Vám ich lekár v týchto prípadoch nepredpíše. Prečo sú ATB proti vírusom neúčinné? Baktérie a vírusy sú dvaja rozdielny pôvodcovia infekcií. Čo majú spoločné, je to, že v prípade dostupnej vakcíny je možné sa proti nim chrániť očkovaním. Terapia vírusových infekcií (chrípka, nádcha vírusového pôvodu) spočíva iba v režimových opatreniach. To znamená, že namiesto antibiotík Vám lekár naordínuje pokoj na lôžku a zvýšený príjem tekutín, aby sa zabránilo dehydratácii oslabeného organizmu. Od nepríjemných príznakov upchatého nosa Vám uľavia nosné spreje a kvapky, ktoré uvoľnia horné dýchacie cesty. Nie je však vhodné ich aplikovať dlhšie ako 5-7 dní, u detí maximálne 3-5 dní. Dlhodobejšie sa môžu používať hypertonické alebo izotonické solné roztoky. Hypertonické solné roztoky však môžu dlhodobou aplikáciou sliznicu nosa vysušovať. V prípade kašľa sa v lekárni dajú bez receptu zakúpiť rôzne prípravky, či už vo forme sirupov, kvapiek alebo tabliet, ktoré tlmia dráždenie na kašeľ alebo uľahčujú vykašliavanie. Pri teplote a bolesti svalov môžete siahnuť po voľne dostupných analgetikách (lieky, ktoré tlmia bolesť) a antipyretikách (lieky, ktoré znižujú vysokú zvýšenú telesnú teplotu). Tak ako pri všetkých liekoch, aj tu platí, že si vždy treba prečítať písomnú informáciu k lieku, tzv. príbalový leták. Niektoré lieky zo skupiny analgetík a antipyretík nie sú vhodné u pacientov, ktorí užívajú antikoagulačnú liečbu, trpia ochorením pečene, žalúdočnými alebo dvanástnikovými vredmi. Takisto sa neodporúča kombinovať jednotlivé preparáty, hlavne s obsahom paracetamolu, aby nedošlo k intoxikácii. Ochorenia bakteriálneho pôvodu si vyžadujú antibiotickú liečbu a zvyčajne aj podpornú liečbu, podobne ako v prípade vírusových infekcií dýchacích ciest. Pri užívaní ATB sa vždy riadte odporúčaniami lekára (lekárniky) a dodržujte správne dávkovanie a čas užívania. Nikdy neukončujte liečbu antibiotikami predčasne, ani pri subjektívnom zlepšení príznakov (ústup kašľa, zníženie teploty, zlepšenie dýchania a pod.). Pozor si treba dávať aj na niektoré potraviny a nápoje. Pri niektorých antibiotikách sa odporúča počkať aspoň 2-3 hodiny, kým vypijete mlieko alebo zjete jogurt. Mliečne výrobky totiž obsahujú vápnik, ktorý v kombinácii s niektorými typmi antibiotík vytvorí neúčinný komplex. Minerálky sú takisto zdrojom vápnika. Rôzne preparáty vo forme tabliet alebo šumivých nápojov s obsahom minerálov ako vápnik, horčík, zinok alebo železo preto treba užívať s dostatočným časovým odstupom. Nie je povolená ani konzumácia alkoholu. Ten totiž ovplyvňuje ich metabolizmus a môže vyústiť nielen do ich neúčinnosti, ale aj vzniku mnohých nežiaducich účinkov.

Tak ako každý liek, aj antibiotikum má okrem priaznivých účinkov, aj nežiaduce účinky (NÚ). Medzi najčastejšie NÚ antibiotík patria alergické reakcie, ktoré sa môžu prejaviť na malej ploche tvorbou vyrážok, lokálnym začervenaním alebo žihľavkou. Pri ich užívaní sa môže objaviť slabá bolesť hlavy, nevoľnosť alebo vracanie (pri úpornom vracaní s dehydratáciou organizmu treba vyhľadať lekársku pomoc). Veľmi častým nežiaducim účinkom je bolesť brucha, nafukovanie, hnačka alebo naopak zápcha spôsobená narušením črevnej mikroflóry. Pri úporných hnačkách s výraznou bolesťou brucha, vracaním a horúčkou treba bezodkladne vyhľadať lekársku pomoc. Preventívne sa preto odporúča užívať probiotiká, baktérie, ktoré sa prirodzene nachádzajú v tráviacom trakte, kde podporujú správnu funkciu imunitného systému a bránia premnoženiu patogénnych mikroorganizmov. Aj tu je potrebné dodržiavať odporúčania pri ich užívaní. Probiotiká by sa mali užiť aspoň 2-3 hodiny po užití ATB a doužívať aspoň 2 týždne po ukončení liečby ATB. Ak v príbalovom letáku nenájdete príznaky, ktoré sa u vás vyskytli, alebo ak sú silnejšie alebo závažné, vždy kontaktujte svojho lekára, ktorý vám ATB predpísal. Nesprávnou a nadmernou konzumáciou antibiotík však stúpa riziko antibiotickej rezistencie (odolnosti baktérií na antibiotickú liečbu). Vývoj nových, účinnejších antibiotík je finančne náročný a pomalší ako by sme potrebovali. Odolnosť baktérií voči antibiotikám je reálnou hrozbou, ktorá môže vyústiť do situácie, kedy nebudú ATB účinné pri bežných bakteriálnych infekciách, s ktorými si antibiotiká doteraz hravo vedeli poradiť. Vzniku bakteriálnej rezistencie prispieva aj užívanie ATB v poľnohospodárstve a potravinárskom priemysle.

Aby ste predišli vzniku antibiotickej rezistencie, pristupujte k antibiotikám a ich užívaniu zodpovedne. Vždy užívajte antibiotiká, len ak boli predpísané lekárom. Nikdy nedoužívajte tie, ktoré ostali z predchádzajúcej liečby. Neuposúvajte nedoužívané balenia antibiotík rodinným príslušníkom alebo známym, ani si samy nezháňajte antibiotiká bez lekárskeho predpisu.