



**Антибиотики** — вещества биологического происхождения, которые способны убивать микроорганизмы или подавлять их рост. Их открытие произвело в медицине настоящую революцию, сделав возможной борьбу с заболеваниями, многие из которых раньше считались неизлечимыми. Но оказывая пагубное воздействие на вредные микроорганизмы, антибиотики подавляют также и полезные бактерии. Именно поэтому они по сей день вызывают серьезные противоречия. Кто-то считает антибиотики необходимым медицинским средством, кто-то предпочитает обходиться вовсе без них.

Антибиотики применяются для лечения различных бактериальных инфекций. Но бесконтрольно их принимать категорически запрещено. Во многих зарубежных странах эти препараты можно купить только по рецепту врача, поскольку они имеют множество противопоказаний и побочных эффектов. Разберём самые распространенные заблуждения.

## МИФЫ И ПРАВДА ПРО АНТИБИОТИКИ

### 1 Антибиотики помогают вылечить любое инфекционное заболевание

На самом деле антибиотики никак не действуют на вирусы, в случае вирусной инфекции такая терапия не поможет. Другое дело, если в ходе вирусного заболевания появились бактериальные осложнения. Например, антибиотик могут назначить при ОРВИ, если у пациента иммунодефицит. В большинстве же случаев при простуде, гриппе и других подобных заболеваниях пить антибиотики не нужно, назначают симптоматическое лечение. Но отличить вирусную инфекцию от бактериальной и определить необходимость приема антибиотиков может только врач.

### 2 Антибиотики вместе с вредными бактериями убивают и полезные

Антибиотики не действуют избирательно, они действительно

могут влиять и на полезную микрофлору кишечника. Но последняя достаточно разнообразна и способна к саморегуляции. Кроме того, при тех дозировках и той длительности приема, при которых антибиотики назначаются амбулаторно, они не могут оказать выраженного негативного влияния на полезную микрофлору. Как правило, уже через пару дней после окончания курса микрофлора восстанавливается самостоятельно без употребления пробиотиков. Но если вы переживаете за кишечник, можно включить в рацион кисломолочные продукты (кефир, ряженку и йогурты). Также специалисты советуют сократить объем клетчатки в рационе и делать акцент на более мягкой пище. О развитии дисбактериоза или молочницы на фоне приема антибиотиков в этом случае чаще всего речь не идет.

### 3 Антибиотики нужно пить вместе с пробиотиками

На самом деле специалисты не рекомендуют принимать антибиотики «одной горстью» с пробиотиками. Эффективность от совместного приема для здоровья кишечника практически нулевая. Если вы принимаете антибиотик утром и вечером, пробиотик лучше пить в обед. Но и в этом случае остается риск, что полезные бактерии не приживутся — ведь концентрации лекарственного препарата в плазме высокие, а период полного вывода может занимать несколько дней. Кроме того, пробиотиков с доказанной эффективностью немного. Однако даже работающие пробиотики назначать с первого дня антибиотикотерапии нет смысла. Курс пробиотиков, а также мультивитаминов для устранения дефицита нутриентов можно пропить после завершения лечения антибиотиками.

## 4 Антибиотики являются универсальным лекарственным средством – одним препаратом можно лечить любую инфекцию.

Важно помнить, что существуют различные виды антибиотиков, каждый из которых направлен на ту или иную часть организма: кости, почки, дыхательную систему и т.д. Каждый антибиотик подбирается под конкретный случай. Например, лекарство от ангины может не подойти для лечения инфекции мочеполовой системы или другого заболевания. Врач назначает препарат после установки диагноза. На выбор антибиотика влияют и другие факторы – например, курс лечения, который вы уже проходите, или индивидуальные противопоказания.

### ЧЕМ ЕЩЕ ОПАСНЫ АНТИБИОТИКИ?

- Чрезмерное употребление антибиотиков приводит к снижению иммунитета. Дело в том, что антибиотики способствуют уничтожению вредных бактерий. Они – своеобразные помощники иммунитета. При излишне частом употреблении антибиотиков активность иммунитета снижается, так как борьба с вредными микроорганизмами постоянно происходит за счет средств, поступающих извне, а не внутренними силами организма.
- Антибиотики не приносят желаемого эффекта. Со временем микроорганизмы приспосабливаются к биологическим веществам, содержащимся в антибиотиках. Поэтому длительное применение подобных лекарственных средств снижает их эффективность.



Неконтролируемое использование антибиотиков на уровне населения страны ускоряет приспособляемость к ним бактерий. Это приводит к появлению новых штаммов инфекций, устойчивых к действию антибиотиков широкого спектра действия. Резистентность бактерий к антибиотикам во многом развивается из-за того, что люди неправильно принимают эти препараты. В результате бактерии мутируют, у них появляются новые гены, помогающие разрушать антибиотики. Бактериальные клетки выживают после лечения и начинают активно размножаться.

Как и с другими лекарствами здесь важна правильная дозировка.

Врач может назначить антибиотик в дозировке, превышающей минимально необходимую. Иногда используют несколько разных средств — все это нужно, чтобы бактерии не смогли приспособиться к лекарству и точно погибли. Самостоятельно подобрать себе нужное лечение не получится.

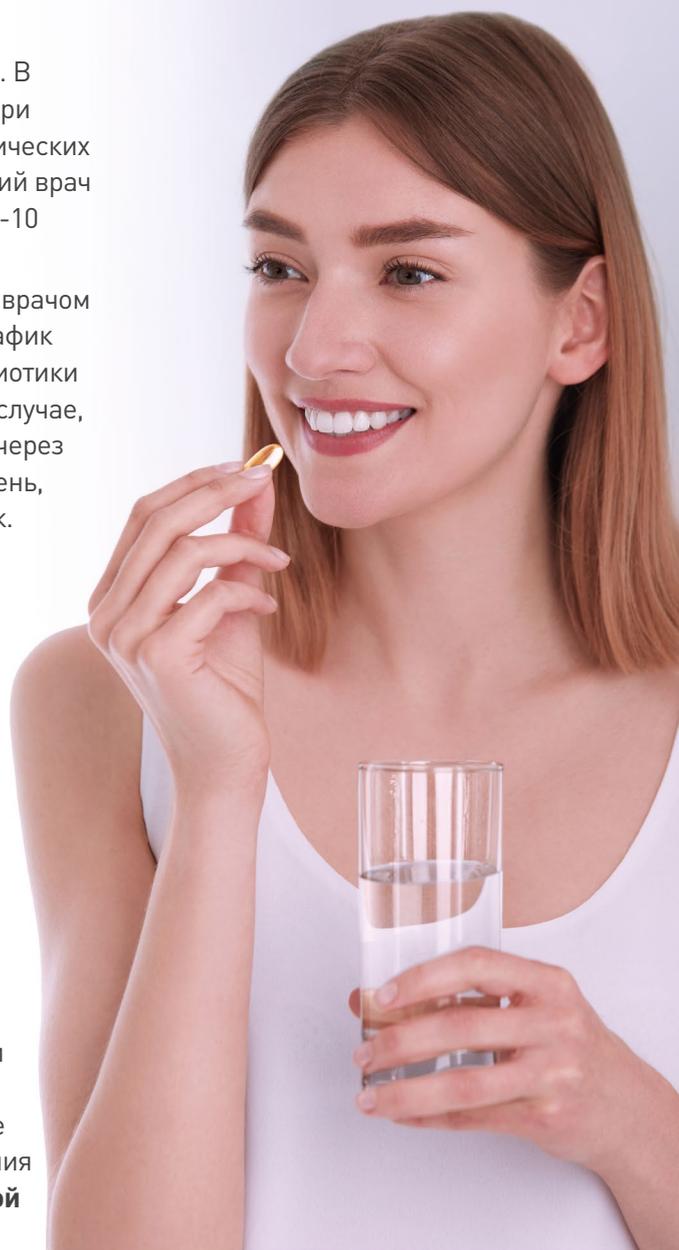
Также встречается индивидуальная непереносимость. Побочные действия для каждого лекарства указаны в инструкции к нему. Перед назначением любого антибиотика врач уточняет наличие противопоказаний к приему, а также аллергические реакции в анамнезе.

## Побочные эффекты антибиотиков могут проявляться:

- в виде аллергической реакции, которая в зависимости от степени проявления может привести к:
  - менее серьезным последствиям, таким как насморк, зуд, крапивница,
  - серьезному нарушению здоровья или летальному исходу (анафилактический шок, ангионевротический отёк гортани);
- в нарушении микрофлоры кишечника;
- в нарушении развития плода (у беременных женщин).

Чтобы избежать пагубного влияния антибиотиков на организм, необходимо соблюдать следующие **правила их применения:**

- Применяйте антибиотики только по назначению врача, под тщательным его контролем; не злоупотребляйте антибиотиками.
- Не применяйте антибиотики в целях профилактики – это пагубно влияет на общее состояние организма и снижает иммунитет.
- Помните, что во время употребления антибиотиков алкоголь категорически противопоказан.
- Строго придерживайтесь продолжительности курса лечения. В среднем он составляет около 5-7 дней. В ряде случаев, например, при лечении обострения хронических инфекционных заболеваний врач может увеличить курс до 7-10 дней и более.
- Соблюдайте назначенную врачом дозировку препарата и график приема. Некоторые антибиотики эффективны только в том случае, если их принимать ровно через каждые 6 часов 4 раза в день, даже в ночное время суток.
- Следуйте рекомендациям, которые представлены в инструкции конкретного препарата, например, принимать таблетки только через 30 минут после приема пищи.
- Не совмещайте прием различных антибиотиков, если это не является прямым указанием вашего лечащего врача.
- Принимайте антибиотики полным курсом, даже если вам назначили большую дозировку. Так вы сможете снизить риск возникновения **антибиотико-резистентной флоры**.



Соблюдение этих рекомендаций поможет снизить вероятность возникновения побочных эффектов и минимизировать негативное воздействие на ваш организм.

Если у вас есть какие-либо заболевания (гастрит, гипертония, предрасположенность к аллергии и т.д.) – обязательно сообщайте о них врачу, назначающему лечение. Доктор должен знать о любых лекарствах, которые вы принимаете в связи с наличием хронических заболеваний или на постоянной основе.

Итак, антибиотики имеют ряд минусов, но необходимы для лечения некоторых инфекционных и бактериальных заболеваний. **Важно:** применять антибиотики следует только после консультации с врачом, а также при наличии медицинских показаний и отсутствии противопоказаний (в том числе индивидуальной непереносимости, которая может потребовать дополнительного обследования).

Помните, что не стоит заниматься самолечением и принимать антибиотики без рекомендации врача. Они могут нанести серьезный вред вашему организму.

Материалы предоставлены для информации и носят рекомендательный характер, не могут использоваться в качестве основы для лечения. При заболевании необходимо обратиться за помощью в медицинское учреждение. Несмотря на то, что было сделано все возможное, информация предоставляется без каких-либо гарантий в отношении ее точности.



8 800 100 88 00  
WWW.GROUP.ZETTAINS.RU

ООО «Зетта Страхование жизни»  
115184, Россия, г. Москва, Озерковская наб., д. 30. Лицензии ЦБ РФ: СЛ № 3828, СЖ № 3828 от 06.06.2023.  
Срок действия не ограничен. По вопросам качества обслуживания обращайтесь на почту [az.info@zettains.ru](mailto:az.info@zettains.ru)