

Ученые бьют тревогу: в результате бесконтрольного использования антибиотиков всё больше бактерий приобретают устойчивость к ним. Чтобы предотвратить риск развития антимикробной резистентности, соблюдайте правила:

Принимать по назначению врача

Антибиотики принимаются только по назначению врача. Важно! Если в течение 72 часов после начала приема антибиотика улучшения не наблюдается, то это признак устойчивости возбудителя к нему. В таком случае препарат следует заменить.

Соблюдать длительность и кратность

Продолжительность приёма антибиотиков устанавливает врач. Если рекомендовано пить препарат 3 раза в день, это значит, что прием осуществляется через каждые 8 часов. Если антибиотик принимается 2 раза в день, то приём осуществляется ровно через 12 часов.

Пить пробиотики и соблюдать диету

Не забывайте принимать пробиотики или пребиотики, употреблять кисломолочные продукты, восстанавливающие естественную микрофлору кишечника. Откажитесь от жирных, жареных, копченых и консервированных продуктов. В рацион включайте больше овощей, фруктов. Недопустим и совместный приём антибиотиков с алкоголем.

Анализ на бактериальный посев

Сдайте анализ на бактериальный посев с определением чувствительности к антибиотикам. Так врач сможет назначить более точный препарат и ускорить выздоровление.