

# Samoliječenje antibioticima<sup>1</sup>

## Važne poruke za javnost

Bakterije rezistentne na antibiotike predstavljaju opasnost za sve nas jer uzrokuju infekcije koje se teško liječe.

Ako antibiotike uzimamo uvijek iznova i nepravilno, doprinosimo povećanju broja bakterija rezistentnih na antibiotike, što je jedan od gorućih zdravstvenih problema [1-6].

Posljedica toga je da ako u nekom trenutku Vi, Vaša djeca ili drugi članovi obitelji zatrebate antibiotike, postoji mogućnost da više ne djeluju [7].

Samoliječenje antibioticima ne predstavlja odgovornu uporabu antibiotika [8].

Samoliječenje je kada uzimate (ili želite uzeti) antibiotike bez prethodne konzultacije s liječnikom tako što:

- koristite višak antibiotika koji je preostao od prethodnih liječenja; ili
- kupite antibiotike u ljekarni koji se izdaju bez recepta.

## 1. Antibiotike može propisati samo liječnik koji Vas je pregledao

Mnoge zimske bolesti mogu uzrokovati iste simptome, no za te bolesti možda nije potrebna terapija. Ako Vam je u prošlosti bio propisan antibiotik protiv bolesti, od koje ste se zatim dobro oporavili, uzeti antibiotik u slučaju sličnih simptoma čini se kao najjednostavnije rješenje. No, samo liječnik koji Vas je pregledao može ocijeniti je li za zimsku bolest neophodno liječenje antibioticima.

- Ne pokušavajte kupiti antibiotike bez recepta.
- Ne čuvajte antibiotike za kasniju uporabu.
- Ne koristite višak antibiotika od prethodne terapije.
- Ne dijelite višak antibiotika od prethodne terapije drugim osobama.

Ne čuvajte višak antibiotika za kasniju uporabu [8]. Ako ste dobili veću dozu antibiotika (primjerice tableta, kapsula s gelom) od propisane doze, upitajte svojeg ljekarnika za savjet o zbrinjavanju viška doze.

Također pogledajte: <http://ecdc.europa.eu/en/eaad/antibiotics/Pages/messagesForPublic.aspx>

## 2. Antibiotici nisu analgetici i ne mogu izliječiti svaku bolest

Antibiotici nemaju isto djelovanje analgetici i ne mogu ublažiti glavobolje, boli niti vrućicu.

- Antibiotici su djelotvorni samo protiv bakterijskih infekcija i ne mogu pomoći pri liječenju infekcija koje uzrokuju virusi, poput obične prehlade ili gripe [9–12, 14].
- Do 80% zimskih bolesti koje zahvaćaju nos, uha, grlo i pluća su virusnog porijekla, tako da uzimanje antibiotika neće pomoći u slučaju ovih bolesti [11, 12].

---

<sup>1</sup>ECDC koristi pojam „antibiotik“ za antibakterijske lijekove ili antibakterike.

### 3. Uzimanje antibiotika iz pogrešnih razloga, kao što su prehlada i gripa, neće Vam pomoći da brže ozdravite, a može rezultirati nuspojavama

Nećete imati nikakve koristi ukoliko uzimate antibiotike protiv prehlade ili gripe: antibiotici jednostavno ne djeluju protiv virusnih infekcija [9-12]. Nadalje, antibiotici mogu uzrokovati ozbiljne neugodne nuspojave poput proljeva, mučnine ili kožnih osipa [9, 10, 13-15].

Uzimanje antibiotika sa svrhom liječenja blagih bakterijskih infekcija, poput rinosinusitisa, grlobolje, bronhitisa ili upale uha, najčešće je nepotrebno [15-19] budući da se u većini slučajeva Vaš vlastiti imunosni sustav može boriti s takvim blagim infekcijama.

Većina se simptoma može ukloniti bezreceptnim lijekovima. Uzimanje antibiotika neće smanjiti težinu Vaših simptoma i neće Vam pomoći da brže ozdravite [10, 12, 15, 17].

Ako Vaši simptomi ustraju ili imate bilo kakvih razloga za zabrinutost, bitno je da se obratite svojem liječniku. Ako uistinu imate ozbiljnu infekciju poput *bakterijske* upale pluća, liječnik će Vam propisati antibiotike. Pomoć potražite brže od drugih bolesnika<sup>2</sup>:

- ako ste stariji od 65 godina;
- ako bolujete od astme ili dijabetesa;
- ako bolujete od plućnih bolesti (primjerice kroničnog bronhitisa, emfizeme, kronične opstruktivne plućne bolesti);
- ako imate srčanih problema (primjerice prethodni infarkt miokarda, kronično zatajenje srca);
- ako imate zdravstveni problem zbog kojeg je Vaš imunosni sustav uništen; ili
- ako uzimate lijekove koji uništavaju imunosni sustav (primjerice steroide, kemoterapiju protiv raka, određene lijekove koji se koriste za potiskivanje funkcija štitnjače).

### 4. Vrijeme potrebno za oporavak

Ispunjavanje životnih zadataka iako ste bolesni može biti izvor stresa, posebice ako određene simptome osjećate po prvi put. Isto tako može biti vrlo teško, skupo i vremenski zahtjevno pronaći odgovarajuće vrijeme za posjet liječniku. Znanje o upravljanju simptomima može Vam pomoći da se bolje nosite sa svojom bolešću. Saznajte kako si možete sami pružiti odgovarajuću njegu bez antibiotika.

U slučaju većine zimskih bolesti, Vaše će se stanje poboljšati nakon dva tjedna.

Indikativno trajanje simptoma u slučaju najčešćih zimskih bolesti u odraslih osoba <sup>3</sup>	
Upala uha	do 4 dana
Grlobolja	do 1 tjedna
Obična prehlada	do 1 ½ tjedna
Gripa	do 2 tjedna
Iscjedak iz nosa ili začepljen nos	do 1 ½ tjedna
Upala sinusa	do 2 ½ tjedna
Kašalj (koji najčešće nastupa nakon prehlade)	do 3 tjedna

Ako Vaši simptomi ustraju ili imate bilo kakvih razloga za zabrinutost, bitno je da se obratite svojem liječniku.

<sup>2</sup> Popis je prilagođen iz publikacije „Genomika za borbu protiv rezistencije na antibiotike u LRTI iz opće populacije na razini Europe“ (Genomics to combat resistance against antibiotics in community-acquired LRTI in Europe), projektu kojeg je osnovala Uprava za istraživanje i inovacije Europske komisije.

<sup>3</sup> Tablica je prilagođena iz publikacije „Liječenje antibioticima“ (Get better without antibiotics), izvršnog tijela u sektoru zdravstvenih usluga Irske (Health Service Executive Ireland), i „Informativna brošura o antibioticima za bolesnike“ (Patients antibiotic information leaflet), Kraljevski zbor liječnika opće prakse (Royal College of General Practitioners). Publikacije su dostupne na sljedećim stranicama:

[http://www.hse.ie/eng/services/news/Get\\_better\\_without\\_antibiotics\\_leaflet.pdf](http://www.hse.ie/eng/services/news/Get_better_without_antibiotics_leaflet.pdf) i

<http://www.rcgp.org.uk/clinical-and-research/target-antibiotics-toolkit/patient-information-leaflets.aspx>

## **5. Potražite savjet svog ljekarnika: drugi lijekovi mogu pomoći pri ublažavanju simptoma**

Ljekarnik Vam može preporučiti bezreceptne lijekove koji pomažu pri uklanjanju Vaših simptoma. Zatražite savjet, posebice ako uzimate lijekove za bilo koje drugo stanje.

- Analgetici ublažavaju boli i vrućicu.
- Protuupalni lijekovi, poput sprejeva za grlo ili pastila, olakšavaju gutanje.
- Oralni ekspektoranti čiste sekret iz zračnih putova.
- Sprejevi za nos i dekonjestanti olakšavaju disanje.
- Antihistaminici ublažavaju simptome začepjenosti nosa, kihanja i nadraženosti nosa.

Unos velikih količina tekućine i dovoljna količina odmora ublažit će simptome svake zimske bolesti.

## 6. Literatūra

- [1] Bell BG, Schellevis F, Stobberingh E, Goossens H, Pringle M. A systematic review and meta-analysis of the effects of antibiotic consumption on antibiotic resistance. *BMC Infect Dis* 2014;14:13. [[open access link](#)]
- [2] Chung A, Perera R, Brueggemann AB, Elamin AE, Harnden A, Mayon-White R, et al. Effect of antibiotic prescribing on antibiotic resistance in individual children in primary care: prospective cohort study. *BMJ* 335(7617):429. [[open access link](#)]
- [3] Donnan PT, Wei L, Steinke DT, et al. Presence of bacteriuria caused by trimethoprim resistant bacteria in patients prescribed antibiotics: multilevel model with practice and individual patient data. *BMJ* 2004;328(7451):1297-301. [[open access link](#)]
- [4] London N, Nijsten R, Mertens P, van denBogaard A, Stobberingh E. Effect of antibiotic therapy on the antibiotic resistance of faecal *Escherichia coli* in patients attending general practitioners. *J AntimicrobChemother* 1994;34(2):239-46. [[link](#)]
- [5] Malhotra-Kumar S, Lammens C, Coenen S, Van Herck K, Goossens H. Effect of azithromycin and clarithromycin therapy on pharyngeal carriage of macrolide-resistant streptococci in healthy volunteers: a randomised, double-blind, placebo-controlled study. *Lancet* 2007;369(9560):482-90. [[open access link](#)]
- [6] Nasrin D, Collignon PJ, Roberts L, Wilson EJ, Pilotto LS, Douglas RM. Effect of  $\beta$  lactam antibiotic use in children on pneumococcal resistance to penicillin: prospective cohort study. *BMJ* 2002; 324(7328):28-30. [[open access link](#)].
- [7] Daneman N, McGeer A, Green K, Low DE; for the Toronto Invasive Bacterial Diseases Network. Macrolide resistance in bacteremic pneumococcal disease: implications for patient management. *Clin Infect Dis* 2006;43(4):432-8. [[open access link](#)]
- [8] Grigoryan L, Burgerhof JG, Haaijer-Ruskamp FM, et al. Is self-medication with antibiotics in Europe driven by prescribed use? *J AntimicrobChemother* 2007;59(1):152-6. [[open access link](#)]
- [9] Arroll B, Kenealy T. Antibiotics for the common cold and acute purulent rhinitis. *Cochrane Database Systematic Reviews* 2013 Jun 4;6:CD000247. [[open access link](#)]
- [10] Arroll B, Kenealy T, Falloon K. Are antibiotics indicated as an initial treatment for patients with acute upper respiratory tract infections? A review. *NZ Med J* 2008;121(1284):64-70. [[link](#)]
- [11] Heikkinen T, Järvinen A. The common cold. *Lancet* 2003;361(9351):51-9. [[open access link](#)]
- [12] Mäkelä MJ, Puhakka T, Ruuskanen O, et al. Viruses and bacteria in the etiology of the common cold. *J Clin Microbiol* 1998;36(2):539-42. [[open access link](#)]
- [13] Keeney KM, Yurist-Doutch S, Arrieta MC, Finlay BB. Effects of antibiotics on human microbiota and subsequent disease. *Annu Rev Microbiol* 2014 Jun 2. [[Epub ahead of print](#)]
- [14] Shehab N, Patel PR, Srinivasan A, Budnitz DS. Emergency department visits for antibiotic-associated adverse events. *Clin Infect Dis* 2008;47(6):735-43. [[open access link](#)]
- [15] Smith SM, Fahey T, Smucny J, Becker LA. Antibiotics for acute bronchitis. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2014, Issue 3. Art. No.: CD000245. [[link](#)]
- [16] Coker TR, Chan LS, Newberry SJ, et al. Diagnosis, microbial epidemiology, and antibiotic treatment of acute otitis media in children: a systematic review. *JAMA* 2010;304(19):2161-9. [[open access link](#)]
- [17] Spinks A, Glasziou P, Del Mar CB. Antibiotics for sore throat. *Cochrane Database Systematic Reviews* 2013 Nov 5;11:CD000023. [[link](#)]
- [18] Young J, De Sutter A, Merenstein D, et al. Antibiotics for adults with clinically diagnosed acute rhinosinusitis: a meta-analysis of individual patient data. *Lancet* 2008;371(9616):908-14. [[open access link](#)]
- [19] Van Vugt SF, Butler CC, Hood K, et al. Predicting benign course and prolonged illness in lower respiratory tract infections: a 13 European country study. *FamPract* 2012;29(2):131-8. [[open access link](#)]