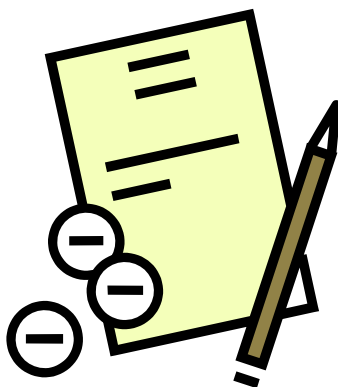


ZDRAVLJENJE Z ANTIBIOTIKI



Antibiotiki so spojine biološkega izvora, ki že v majhnih količinah zavrejo rast škodljivih bakterij.

Povzročitelji bolezni so poleg bakterij (bakterijska okužba) lahko tudi virusi (virusna okužba) in glive (glivna okužba). Za virusne in glivične okužbe so na voljo učinkovita zdravila, ki pa ne spadajo med antibiotike.

Za bolezenske znake, kot sta nahod in kašelj, so največkrat krivi prav virusi. Pri virusni okužbi antibiotik ne pomaga, zato ga zdravnik ne bo predpisal. Lahko pa se zgodi, da imate sprva le nedolžen nahod, a se po nekaj dneh vaše počutje poslabša, vročina in/ali kašelj se spet pojavita, lahko celo v hujši obliki. Če je tako, vas je verjetno poleg virusa »napadla« še bakterija. Če bo zdravnik presodil, da se je virusni pridružila še bakterijska okužba, se bo odločil za zdravljenje z antibiotiki.

KAKO DELUJEJO ANTIBIOTIKI?

Antibiotična zdravila delujejo na različne načine. Nekateri antibiotiki preprečijo sintezo celične stene bakterij. Ta je za bakterije tako pomembna, kot je koža za ljudi.

Drugi antibiotiki bakterijam preprečijo tvorbo beljakovin ali vitaminov, ki jih te nujno potrebujejo za preživetje.

Posebna skupina antibiotikov deluje tako, da bakterijam preprečuje, da bi pri razmnoževanju pravilno predale svoj dedni zapis.

Na voljo so celo antibiotiki, ki delovanje bakterij zavrejo na več omenjenih načinov hkrati, kar je še posebej učinkovito.

SPEKTER DELOVANJA ANTIBIOTIKA

Farmacevtska industrija je razvila številne antibiotike, ki jih delimo na dve skupini:

antibiotiki širokega spektra

- delujejo na mnogo različnih vrst bakterij

antibiotiki ozkega spektra

- delujejo samo na eno (specifično) vrsto bakterij.

KAKO JEMLJEMO ANTIBIOTIKE?

Antibiotik je treba jemati dosledno, tako kot je predpisal zdravnik, zaradi preprostega razloga: bakterije bo premagal le, če ga bo dovolj in če bo deloval dovolj dolgo. Če se ne držimo ure, ko moramo vzeti zdravilo, lahko antibiotik prispe na sicer pravo mesto ob nepravem času, zato je čas jemanja antibiotikov zelo pomemben.

Da bi deloval, kot želimo, mora biti antibiotik v telesu v dovolj veliki koncentraciji. Ko bolnik antibiotik zaužije, se njegova koncentracija v krvi in po določenem času tudi v različnih tkivih in telesnih tekočinah začne zvečevati. Bolj ko čas mineva, bolj se zaradi izločanja iz telesa ta koncentracija zmanjšuje. Vendar se nikoli ne sme zmanjšati pod t. i. terapevtsko koncentracijo (to je tisto, ki je še dovolj velika, da uničuje bakterije), saj se bodo sicer bakterije, ki še niso uničene (in to so tiste bolj odporne!), v tem času znova razmnožile.

PRED JEDJO ALI PO JEDI?

Antibiotiki in hrana različno vplivajo drug na drugega. Včasih je medsebojni vpliv lahko zanemarljiv, drugič pa je lahko pomemben za ozdravitev.

Hrana lahko poveča ali zmanjša učinek antibiotika. Učinkovina mora po zaužitju iz prebavil pripotovati do ustreznega organa v našem telesu. V nekaterih primerih telo antibiotik lažje vsrka iz črevesja, v drugih pa iz želodca. Včasih je pomembno, da ob antibiotiku zaužijemo še nekaj hrane.

Vsekakor pa je priporočljivo, da tablete vedno zaužijete z zadostno količino tekočine.

Zdravilo se lahko vzame pred jedjo, med jedjo ali po jedi.

Vzeti zdravilo na prazen želodec pomeni, da ga vzamemo vsaj 1 uro pred jedjo ali dve uri po jedi.

NEKAJ PRIMEROV:

- Med zdravljenjem z določenimi antibiotiki naj ne bi uživali mleka in mlečnih izdelkov. To je še posebej pomembno, ko take antibiotike dajemo otrokom.

- Pri neki vrsti antibiotikov so odkrili, da se je med zdravljenjem dobro izogibati pitju kave, saj sočasno uživanje kave lahko zmanjša vsrkavanje (absorpcijo) antibiotika.

- Uživanje alkohola med zdravljenjem lahko zmanjša delovanje antibiotika ali pa bolniku postane slabo. Če jemljete antibiotik, je dobro, da se povsem odpoveste alkoholu.

Vsekakor velja, da o vplivu hrane na delovanje antibiotika vprašate zdravnika, ki vam je zdravilo predpisal in farmacevta, ki vam je zdravilo izdal.

KAKO DOLGO MORAMO JEMATI ANTIBIOTIK?

Pri razvoju antibiotikov se med drugim upošteva tudi to, kako dolgo je določen antibiotik treba jemati za določeno bolezen, da se doseže najboljši učinek. Pri nekaterih okužbah zadošča, da vzamemo enkratni odmerek antibiotika. Pri drugih boleznih, npr. gnojnem vnetju mandljev, moramo večino zdravil jemati 10 dni, tudi če se že po dveh ali treh dneh počutimo

veliko bolje. Pri določenih okužbah, npr. tuberkulozi, moramo antibiotike jemati celo več mesecev.

Trajanje zdravljenja vsakič določi zdravnik. Z jemanjem zdravila ne smete predčasno prenehati brez njegovega soglasja, tudi če se že kmalu počutite bolje.

REZISTENCA (ODPORNOST) BAKTERIJ PROTI ANTIBIOTIKOM!

Bakterije so za nekatere antibiotike občutljive, proti drugim pa so odporne. Nekatere bakterije so proti določenim antibiotikom odporne od nekdaj, pri drugih pa se je odpornost razvila v zadnjih desetletjih.

Najpomembnejši za nastanek bakterijske odpornosti proti antibiotikom so prav antibiotiki sami.

Ker uspešno uničijo zanje občutljive bakterije, se lahko na naši koži in sluznicah razrastejo bakterije, ki so proti antibiotikom odporne.

Bakterije se branijo proti antibiotikom na različne načine. Nekatere vrste začnejo tvoriti snovi, ki uničijo antibiotik, preden lahko ta uniči njih. Včasih bakterije iz svoje celične stene naredijo oklep, ki ga antibiotik ne more predreti.

Odporne bakterije navadno pridobimo iz okolja, najpogosteje ob stiku z drugimi ljudmi, ki imajo na svoji koži ali sluznicah že odporne bakterije, redkeje se razvijejo odporne bakterije iz občutljivih v času zdravljenja.

Treba je vedeti, da antibiotik ne deluje le na bakterijo, ki je povzročila trenutno bolezen, ampak tudi na vse ostale bakterije, ki so trenutno prisotne na naši koži in sluznicah ter tudi pri njih spodbuja razvoj in razraščanje odpornih sevov.

Vpliva antibiotikov na odpornost bakterij ne moremo v celoti preprečiti, saj vsako jemanje antibiotikov poveča možnost nastajanja in preživetja odpornih sevov. Zato je zelo pomembno, da jemljemo antibiotike le takrat, ko jih resnično potrebujemo.

K povečanemu vplivu antibiotikov na bakterijsko odpornost prispeva tudi nepravilno jemanje antibiotikov. Premajhni odmerki ali prekratko zdravljenje omogočijo, da preživijo nekoliko bolj odporni bakterijski povzročitelji okužbe. Bolezen se zato lahko ponovi, odporne bakterije pa se prenesejo tudi na druge ljudi.

Predolgo jemanje nje antibiotikov pa po drugi strani na povzročitelja bolezni ne vpliva več, saj smo ga že uspešno uničili. Antibiotik nudi le še nekakšno zaščito odpornim bakterijam, saj jim prostora in hranilnih snovi ni treba deliti z bakterijami, ki so za antibiotik občutljive.

NEŽELENI UČINKI ANTIBIOTIKOV

Vsako zdravilo, ki ima zdravilni učinek, ima lahko tudi neželene učinke, ki pa so večinoma prehodni. To velja tudi za antibiotike. Najpogostejši stranski učinki pri zdravljenju z antibiotiki so prebavne motnje, kot sta slabost ali driska ter glavobol in vrtoglavica.

Znano je tudi, da lahko antibiotiki pri nekaterih ljudeh sprožijo alergično reakcijo.

Če ste med jemanjem antibiotikov že kdaj imeli alergično reakcijo ali ste občutljivi na določene snovi v tabletah (npr. mlečni sladkor, pšenični škrob), morate o tem obvestiti svojega zdravnika.

Nekateri antibiotiki lahko povzročijo izpuščaje na koži, če bolnik med zdravljenjem pride v stik s sončnim sevanjem. V tem primeru bo zdravnik ali farmacevt svetoval, da se v času jemanja antibiotika izogibate sončnim žarkom in ne hodite v solarij.

V človeškem telesu živijo tudi številne koristne bakterije. Lahko se zgodi, da antibiotik uniči tudi nekatere koristne mikroorganizme. Naravno biološko ravnovesje v telesu se tako nekoliko poruši. To opazimo kot pojav driske ali glivnih okužb, saj se poveča število gliv (najpogosteje gre za sor v ustih ali vnetje nožnice).

Priporočljivo je, da med jemanjem antibiotikov pazite nase in pijete dovolj tekočine, uživajte hrano bogato z vitamini ter krepite naravno črevesno floro z uživanjem probiotikov.

Avtor: Tomaž Mezgec, mag.farm.

Datum: avgust 2011