



Serveis de Salut Integrats  
Baix Empordà

## BON ÚS DELS ANTIBIÒTICS

Els antibiòtics són una excel.lent arma terapèutica però, la seva utilització inadequada facilita que els bacteris puguin desenvolupar resistències.

### QUÈ SÓN?

Els antibiòtics són medicaments per tractar les infeccions bacterianes.

Les infeccions víriques (refredats, grip, mal de coll, infeccions d'oïda, tos i bronquitis) no es curen amb antibiòtics.



### INFECCIONS MÉS HABITUALS

Les infeccions més habituals en nens són refredats, amigdalitis, otitis mitjanes i bronquitis; en adults s'hi afegeix la grip.

En aquestes infeccions pràcticament mai cal antibiòtic per a la seva cura.



### RESISTÈNCIA ALS ANTIBIÒTICS

És la capacitat dels bacteris de resistir els efectes d'un antibiòtic. Es produeix quan els bacteris es transformen, sobreviuen i es segueixen reproduint.

La resistència als antibiòtics allarga les estades hospitalàries, incrementa els costos mèdics i augmenta la mortalitat.

La principal causa de la resistència és l'ús excessiu i inadequat dels antibiòtics.



## MOTIUS D'ALARMA

La resistència dels bacteris als antibiòtics és motiu d'alarma sanitària mundial, perquè comporta que s'hagin de cercar nous fàrmacs per tractar malalties que fins al moment es podien guarir fàcilment.



Durant el 2016 a Espanya es van produir 1.160 morts per accident de trànsit i en canvi es van produir **2.500 morts per resistències als antibiòtics**.

Es preveu que **al 2050 la resistència als antibiòtics serà la principal causa de mort**, per sobre de les morts causades per càncer i podria elevar-se a 10 milions de morts anuals.

## I TU, QUÈ POTS FER?

- **Evita l'automedicació.** Pren els antibiòtics tal com t'ha prescrit el metge.
- **Respecta la dosi i durada** del tractament i completa'l encara que et trobis millor.
- No prenguis antibiòtics per un refredat o una grip.
- **Confia en el professional** quan et digui que l'antibiòtic no és necessari. Si la simptomatologia empitjora, el metge valorarà si cal afegir un antibiòtic. Iniciar l'antibiòtic més tard no allarga la durada de la malaltia.
- **Evita les infeccions** amb el rentat de mans. Si estàs refredat o tens la grip evita el contagi (mocadors d'un sol ús, tancar el nas i la boca quan tussis), evita el contacte íntim amb malalts, tingues relacions sexuals segures i les vacunes al dia.

