

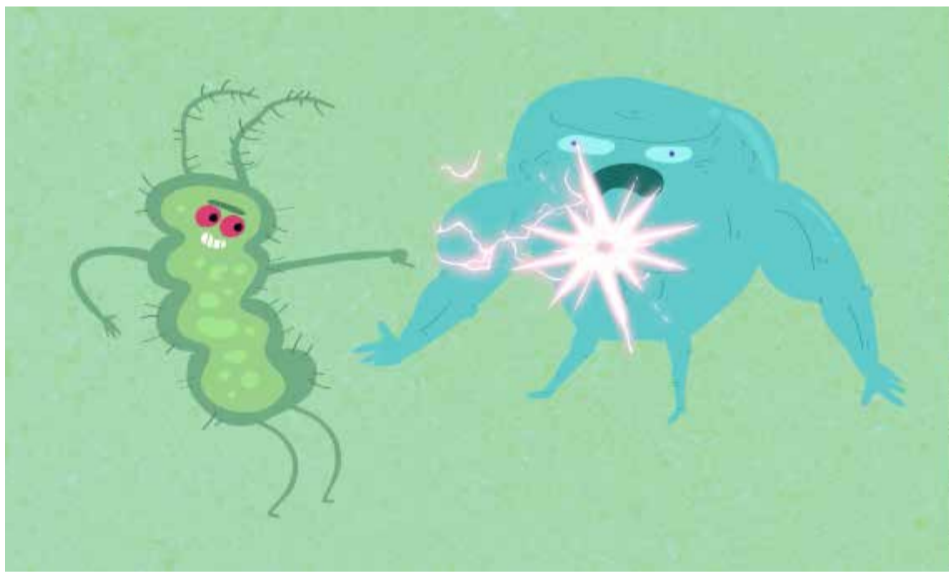
抗生素滥用

你可以帮助预防抗生素耐药性



你每次生病都服用抗生素吗?如果你这样做,你可能助长了抗生素耐药性的威胁。当细菌进化出能令抗菌药物失效的能力时,就产生了抗生素耐药性。

什么是抗生素耐药性?



一些细菌会通过改变或者阻断抗生素使其变得无效。即使只有一个细菌产生抗药性,它也可以繁殖并取代其它被消灭的细菌。这意味着最强和最具抵抗力的细菌将能够存活、繁殖并将其特性传递给下一代。

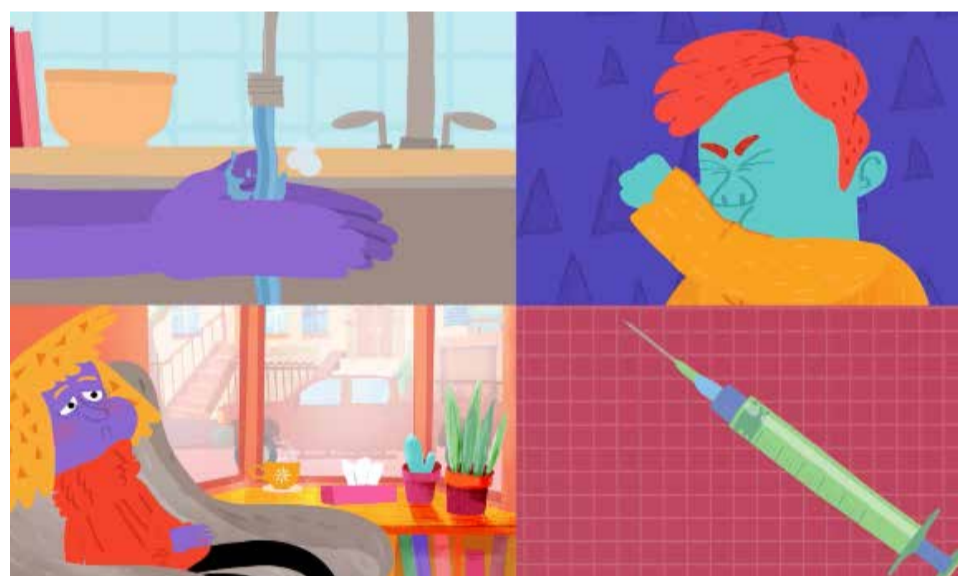
抗生素的过度使用意味着细菌有更多的机会发生有针对性的进化,一次比一次更强。这意味着你可能会生病并发展为无法治愈的感染。这可能导致长期住院、并发症甚至死亡。抗生素依然是对抗感染的重要手段,但也必须谨慎使用。

抗生素治疗哪些疾病?



抗生素可帮助对抗由细菌引起的感染,例如:链球菌咽喉炎、百日咳、尿路感染,有时还包括鼻窦炎或中耳炎。抗生素不推荐用于治疗病毒性疾病,如支气管炎、普通感冒、流鼻涕、咽喉痛或流感。抗生素对这些疾病不会产生任何疗效,因为其主要是由病毒引起的。病毒感染通常会在1-2周内自愈。

你如何保护自己?



首先,为了避免感染或传播细菌或病毒,你可以做一些简单的事情:保持双手清洁,咳嗽时遮挡口鼻,生病时呆在家里,以及接种最新的疫苗。

请牢记,除非必要,否则避免使用抗生素;同时,设法保持健康,防止细菌和病毒感染。