**الاستخدام الأمثل للمضادات الحيوية**

**المضادات الحيوية:**

المضادات الحيوية هي إحدى المجموعات الدوائية التي تستخدم للقضاء على البكتيريا وهي تعمل إما بالقضاء عليها مباشرة أو بإيقاف نموها أو إضعافها لكي يتغلب عليها الجهاز المناعي بالجسم.

معظم الأمراض المعدية يتسبب فيها نوعين من الجراثيم: البكتيريا أو الفيروسات. المضاد الحيوي يعالج العدوى البكتيرية لكنه لا يعالج العدوى الفيروسية.

إذا كنت تعاني من أعراض العدوى الفيروسية مثل الزكام أو احتقان الحلق، استشر الطبيب أو الصيدلي حول تخفيف حدة هذه الأعراض.

**يعتمد الاستخدام الأمثل للمضاد الحيوي على عدة عوامل مختلفة مثل:**

* نوع المضاد الحيوي المناسب للشخص وحالته الصحية، مثل العمر، أو وجود مرض معين، أم كان هناك حمل أو إرضاع.
* الجرعة المحددة للمضاد الحيوي.
* التأثيرات المحتملة التي يمكن أن يحدثها هذا المضاد الحيوي على الحالات المرضية مثل أمراض الكلى أو خلال الحمل.
* مدة تناول المضاد الحيوي.

**عندما يصف لك الطبيب مضاد حيوي احرص على:**

* تناول جرعاتك في موعدها.
* لا تفوت موعد أي جرعة.
* إذا نسيت أخذ الجرعة، خذها بأقرب وقت ممكن لكي تحافظ على كمية ثابتة من الدواء في الجسم.
* لا تأخذ الجرعة المفقودة إذا كان وقت تناول الجرعة التالية قريبًا.
* لا تضاعف الجرعة التالية لكي تعوض النقص.

**ولكي تتحقق الاستفادة من المضاد الحيوي عليك الالتزام بما يلي:**

* لا تتناول المضاد الحيوي إلا بوصفة طبية من الطبيب.
* أخبر الطبيب إذا كنت تعاني من أي حساسية من الأدوية.
* أخبر الطبيب والصيدلي عن الأدوية التي تتناولها. حيث أن بعض المضادات الحيوية تسبب زيادة في مفعول أدوية مسيلات الدم كمستحضر وارفارين (Warfarin)، وبعضها الآخر قد تقلل من فاعلية أدوية منع الحمل وقد تتداخل مع أدوية مضادات الحموضة.
* اسأل طبيبك أو الصيدلي، هل يؤخذ المضاد الحيوي على معدة خالية أم لا؟ وما هي أنواع الطعام التي يجب عليك تجنبها؟ مثلًا تأثر مجموعة المضادات الحيوية تتراسيكلين (Tetracycline) والمضادات الحيوية من المجموعة الدوائية كوينولونز(Quinolones) بالمنتجات التي تحتوي على الكالسيوم مثل الألبان والأجبان حيث تقلل من امتصاص المضاد الحيوي وبالتالي تقلل من فعاليته.
* لا تطحن أو تكسر حبوب المضاد إلا في حال طلب منك الصيدلي.
* إذا كان المضاد على شكل سائل، عليك أن ترج علبة الدواء قبل استخدامه.
* استخدام المكيال المرفق بالعبوة لتناول الجرعة الصحيحة للمضاد الحيوي.
* لا تستخدم المضادات الحيوية المتبقية مسبقًا لديك، وتخلص من المضاد الحيوي بشكل آمن عند إنتهاء صلاحيته.
* اقرأ النشرة الدوائية المرفقة مع المضاد الحيوي حتى تتعرف على تاريخ صلاحيته وطريقة تخزينه بشكل سليم.
* لا تتناول مضاد حيوي موصوف لشخص آخر بأي حال. تناولك لمضاد حيوي غير موصوف لك قد يعرضك للخطر بسبب الأعراض الجانبية الخطيرة التي قد تحدث عند الاستخدام غير السليم للمضاد الحيوي بدون استشارة الطبيب.
* اسأل الصيدلي عن الطريقة الآمنة لحفظ المضاد الحيوي.
* تختلف جرعات المضادات الحيوية من شخص لآخر على حسب نوع المرض، العمر، الوزن، الحالة الصحية للمريض مثل وظائف الكلى والكبد، لذا استشر الطبيب أو الصيدلي حول الجرعة المناسبة لك.
* إكمال مدة علاجك كاملة حسب الوصفة الطبية عند استخدامك المضاد الحيوي حتى لو أحسست بتحسن في صحتك، لأنه تناول المضاد الحيوي يضعف البكتيريا ويبدأ شعورك بالتحسن وزوال الأعراض المصاحبة لمرضك، فإذا توقفت عن إكمال مدة علاجك فإنك قد تصاب بالمرض مجددًا، وتتكون مقاومة لدى البكتيريا للمضاد الحيوي، فتصبح أشد ضررًا على الإنسان وبالتالي ينبغي تغيير المضاد الحيوي إلى نوع آخر، حيث أصبحت البكتيريا مقاومة للمضاد الحيوي السابق.

**وفقًا** لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، فإن ما يقارب ثلث إلى نصف استخدام المضادات الحيوية غير ضروري أو غير مناسب. كما أن الإفراط في استخدام المضادات الحيوية يعزز من مقاومة المضادات الحيوية.

**ماذا يعني مقاومة المضادات الحيوية؟**

في بعض الحالات، تقوم البكتيريا بالتغلب على المضاد الحيوي نتيجة لاستخدامه حيث يصبح استخدام المضاد الحيوي مرة أخرى للمريض غير فعال لأن البكتيريا قامت بحماية نفسها من تأثير المضاد الحيوي.

**ماذا ينتج عن مقاومة المضادات الحيوية؟**

قد تمرض مرة أخرى ويكون القضاء على البكتيريا بالمضادات الحيوية المتوفرة صعبًا. هذا لا يعني أن جسمك أصبح مقاومًا للمضادات الحيوية، بل أن المضاد الحيوي أصبح غير قادر على قتل البكتيريا التي بجسمك. قد تنقل هذه البكتيريا خصائص مقاومتها للمضاد لبكتيريا أخرى داخل جسمك مما يعزز مقاومة المضادات الحيوية ويصعب القضاء على هذه البكتيريا.

**من هم المعرضين لحدوث مقاومة للمضادات الحيوية؟**

إذا كنت من الأشخاص الذين يستخدمون المضادات الحيوية بشكل كبير ومتكرر فأنت أكثر عرضة لحدوث مقاومة البكتيريا. قد يصعب التحكم في بعض الأمراض وقد يجعل فترة المرض تطول وتتطلب تكرار الزيارات للطبيب وقد تحتاج إلى أدوية أقوى وأكثر تكلفة.

**ماذا يحدث عند تناول المضاد الحيوي في حالة وجود عدوى فيروسية؟**

إذا تناولت مضادًا حيويًا وأنت مصاب بعدوى فيروسية، فإن المضاد الحيوي سيهاجم البكتيريا الموجودة في جسمك وهي بكتيريا مفيدة أو على الأقل لا تسبب المرض. وبالتالي سيزيد من مقاومة المضادات الحيوية للبكتيريا غير الضارة، أو خلق فرصة للبكتيريا التي يمكنها إحداث ضرر لتحل محل البكتيريا غير الضارة.

ولذلك فإن تناولك للمضادات الحيوية لن يحميك من المرض ولن يساعدك في الشعور بالتحسن وقد يتسبب في إصابتك بأعراض جانبية ضارة.

**استخدام المضادات الحيوية أثناء الحمل أو خلال فترة الرضاعة:**

يمكنكِ استخدام بعض أنواع المضادات الحيوية خلال فترة الحمل أو فترة الرضاعة بعد استشارة الطبيب، وذلك لوصف المضاد الحيوي المناسب لعلاج الحالة المرضية. وإذا كانت لديكِ أسئلة أو مخاوف بشأن استخدام المضاد الحيوي أثناء حملك أو إرضاعك لطفلك، فتحدثي مع الطبيب أو الصيدلي.

**تأثير المضادات الحيوية على الحمل:**

تؤثر بعض أنواع المضادات الحيوية على سلامة جنينك إذا تناولتيه خلال فترة الحمل حيث من الممكن أن تسبب

* إجهاض الحمل خلال الشهور الأولى.
* تشوهات خلقية للجنين.

لذلك عليك إبلاغ الطبيب المعالج في حالة حملك حتى يصف المضاد الحيوي المناسب لك خلال فترة الحمل.

**تأثير المضادات الحيوية على الرضاعة:**

على الرغم من أن كمية المضاد الحيوي التي قد تدخل في حليبك قليلة، إلا أن بعضها قد يؤثر على الرضيع ومن الممكن أن يسبب له حساسية أو إسهال أو طفح جلدي (احمرار في الجلد).

لذلك عليك إبلاغ الطبيب المعالج في حالة قيامك بالرضاعة الطبيعية لطفلك حتى يصف المضاد الحيوي المناسب لك خلال فترة الرضاعة.

**الأعراض الجانبية للمضادات الحيوية:**

الأعراض الجانبية هي تأثيرات تحدث أحياناً أثناء استخدامك للمستحضرات الصيدلانية بجرعتها الصحيحة. ومن الممكن أن تحدث عادة بعد استخدام دواء جديد أو زيادة الجرعة لدواء مستخدم حالياً، وغالباً ما تزول الأعراض الجانبية الطفيفة من تلقاء نفسها. وقد يحتاج بعضها الآخر إلى أيام أو أسابيع. من الأعراض الجانبية للمضادات الحيوية:

* طفح جلدي.
* حكة في الجلد.
* إعياء.
* إسهال.
* تقيؤ.
* ألم في البطن.

# للإبلاغ عن الأعراض الجانبية لأي دواء تستخدمه يرجى التواصل مع المركز الوطني للتيقظ الدوائي عبر قنوات التواصل التالية:

الرقم الموحد 19999

البريد الالكتروني: npc.drug@sfda.gov.sa

رابط الإبلاغ الالكتروني: <https://ade.sfda.gov.sa/>