



**ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ** по традиции отмечается 7 апреля в ознаменование создания ВОЗ. Ежегодно в этот день Организация выбирает важную проблему глобального здравоохранения для привлечения к ней всеобщего внимания. В этом году Всемирный день здоровья посвящён **устойчивости к противомикробным препаратам.**

Устойчивость к противомикробным препаратам – это не новая проблема, но она

становится всё более опасной. Многие страны уже принимают меры; но для того, чтобы не допустить возврата к «доантибиотиковой эре» необходимы срочные совместные усилия. Мы живём в эпоху зависимости от антибиотиков и других противомикробных препаратов для лечения таких болезней, как, например, ВИЧ/СПИД, которые несколько лет назад были бы смертельными. Когда появляется к ним устойчивость микроорганизмов, известная как лекарственная устойчивость, эти лекарства становятся неэффективными.

Во Всемирный день здоровья 2011 года ВОЗ будет призывать к усилению глобальной приверженности делу сохранения этих лекарств для будущих поколений. В этот День ВОЗ обратится к правительствам и другим заинтересованным сторонам с призывом принять политические меры и проводить практические методики, необходимые для предотвращения возникновения высокоустойчивых микроорганизмов и борьбы с ними.

**Старший научный сотрудник ГНИЦ профилактической медицины, кандидат медицинских наук, эксперт Лиги здоровья нации, Галина ХОЛМОГорова:** *«К несчастью микроорганизмы стали резистентны к антибиотикам. Это произошло от их бесконтрольного употребления. Идет постоянная борьба человека и микромира. Люди придумывают все новые и новые антибиотики, а микромир все более сопротивляется. Например, в начале эры антибиотиков стрептококки лечили пеницилином, а сейчас они имеют такой фермент как пеницилаза, которая разлагает пеницилин. И есть даже виды стрептококков, которые не могут жить без пеницилина. Микробы наркоманы. Микробы, которые приобрели устойчивость к антибиотикам, называют сверхинфектами. Мы можем оказаться в доантибиотиковой эре. Т.е. ни на один микроорганизм не будет действовать ни один антибиотик.*

**МЫ СТАНЕМ БЕЗОРУЖНЫ ПЕРЕД ЭПИДЕМИЯМИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИИ.**

*Это очень большая проблема».*

*«Вначале, когда открыли антибиотики, была теория ударных доз – давать антибиотиков много, чтобы полностью победить инфекцию. Это дало обратный эффект, поскольку антибиотики очень сильно ослабляют иммунитет и инфекции стали побеждать людей», - рассказывает*

**Галина ХОЛМОГорова.**

**По словам специалиста, устойчивость к антибиотикам вызвана следующими причинами:**

- Доступность;
- Дешевизна;
- Самолечение, применение антибиотиков без показаний;
- Прерывание курса лечения антибиотиками после снятия симптомов;

*«На Западе, особенно в Америке, нельзя купить антибиотики, только по назначению врача, по показаниям. Только в тех случаях, когда без них нельзя обойтись. А эти случаи очень тяжелые: пневмония, сепсис и т.д. У нас же любой антибиотик можно купить. Дело доходит до того, что люди антибиотиками лечат насморк. Вирусные заболевания ни в коем случае нельзя лечить антибиотиками. Вирус гриппа находится внутри клетки, а антибиотики циркулируют в организме только во внеклеточной жидкости, там, где находятся бактерии и другие микроорганизмы. Бесконтрольное потребление антибиотиков и их дешевизна привело к тому, что люди по каждому пустяку принимали антибиотики и кормили своих микробов. А микробы размножаются стремительно и мутируют очень быстро. Если человек убил 99,9 микробов и оставил хоть 0,1 микроорганизм, на который не подействовал этот антибиотик, то он стремительно размножается и передает свой генетический материал устойчивости к антибиотикам. Человек становится опасным для окружающих. Мы ведь обмениваемся вирусами, микробами, и вирусы, переходя от человека к человеку, становятся все более вирулентны», - поясняет **Галина ХОЛМОГорова**.*

Есть и другая негативная сторона бесконтрольного употребления антибиотиков. Подавление естественной микрофлоры дает безудержный рост грибковых инфекций.

**Меры, направленные на снижение устойчивости к антибиотикам:**

- Употребление антибиотиков строго по показаниям и по назначению лечащего врача
- Соблюдение сроков лечения

*«Врачи назначают лечиться 10 дней, а человек устал. У него ангина фуникулярная, ее действительно нужно лечить антибиотиком, а человеку через три дня стало лучше. Горло перестало болеть, отечность ушла. Он говорит: «А зачем я буду пить антибиотик». Он покормил свои микробы антибиотиками, не долечился как следует, бросил лечение. У него в организме остались те микробы, которые приобрели устойчивость к этим антибиотикам», - поясняет **Галина ХОЛМОГорова**.*

Специалисты также обращают внимание, что устойчивые к антибиотикам микроорганизмы становятся все более агрессивными. И если раньше некоторые заболевания можно было вылечить одним уколом, то теперь требуется длительный курс лечения.

**Всемирный день здоровья** – это также повод напомнить о значении профилактических программ. Профилактика, в том числе, решает и проблему устойчивости к антибиотикам, ведь если не наступит заболевание, значит, и лечение не потребуется.

Во многих странах, в том числе и в России, формирование здорового образа жизни и профилактика заболеваний становится приоритетом государственной политики. Общероссийская общественная организации **Лига здоровья нации** на протяжении нескольких лет реализовывает целый ряд профилактических программ. В 2011 году стартовала Всероссийская образовательно-профилактическая программа **«Промывание носа – барьер для вирусов»**, направленная на снижение заболеваемости гриппом и ОРВИ, аллергическими ринитами. В основе методики промывания носа лежит тот факт, что вирусам и бактериям для проникновения в организм необходимо 4-8 часов, и если успеть за это время их физически устранить (с помощью промывания), болезнь просто не разовьется. Акция уже успешно прошла в **Екатеринбурге, Нижнем Новгороде, Ульяновске, Магнитогорске, Самаре, Казани, Тюмени, Уфе, Краснодаре, Ростове-на-Дону, Челябинске, Волгограде**

. В ближайшее время программа продолжится в Москве, Санкт-Петербурге и еще в 22 городах-миллионниках РФ. Программа продемонстрировала положительные результаты массовой профилактики гриппа и ОРВИ. Согласно независимой оценке, заболеваемость ОРВИ и гриппом у наблюдаемых, ежедневно проводящих процедуру полного объемного промывания носа, снизилась в 3 раза. По словам **заместителя главного врача ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» Виктора РОМАНЕНКО,**  
*«эта гигиеническая процедура должна войти в обиход россиян, как когда-то – ежедневная чистка зубов. Поверьте, когда-то и это было диковинкой».*

Наряду с полным объемным промыванием носа специалисты дают ряд традиционных рекомендаций, направленных на сохранение здоровья. *«Ведите здоровый образ жизни, закаляйтесь, не переедайте, не пейте, не курите, не употребляйте наркотики»,*  
- говорит  
**Галина ХОЛМОГорова.**