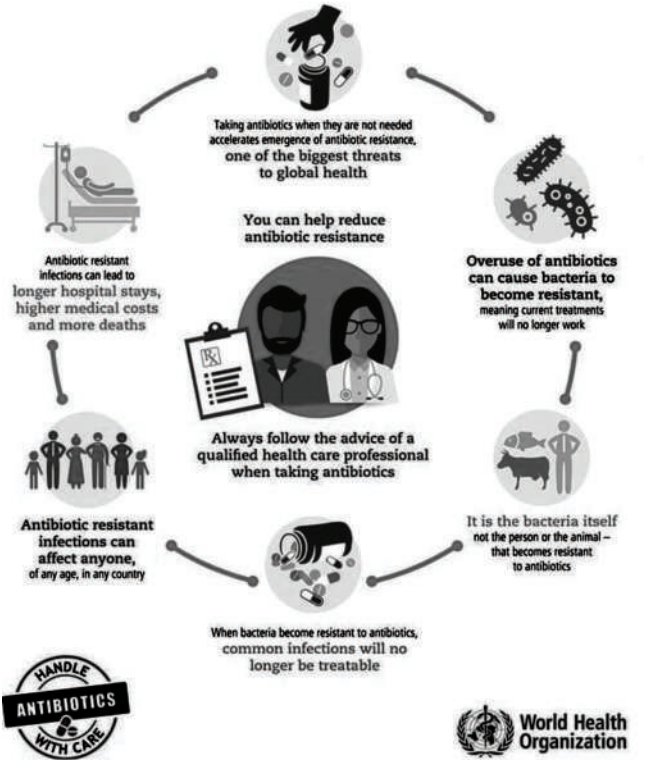


# Misusing and overusing ANTIBIOTICS puts us all at risk



ആന്റിബയോട്ടിക് റസിസ്റ്റൻസ് തടയാം...



ബാക്ടീരിയ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന അസുഖങ്ങളുടെ ശമനത്തിനായോ അവയുടെ പ്രതിരോധത്തിനായോ ഉപയോഗിക്കുന്ന മരുന്നുകളാണ് ആന്റിബയോട്ടിക്സുകൾ. ബാക്ടീരിയകളുടെ വളർച്ചയെ തടസ്സപ്പെടുത്തിയോ അവയെ പൂർണ്ണമായി നശിപ്പിച്ചോ ആണ് ആന്റിബയോട്ടിക്സുകൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നത്.

വൈറസ് മൂലമുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങളെ ഭേദമാക്കാൻ ആന്റിബയോട്ടിക്സുകൾക്ക് കഴിവില്ല. അതുകൊണ്ട് തന്നെ ബാക്ടീരിയ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങളെ ഭേദമാക്കാൻ മാത്രമാണ് ആന്റിബയോട്ടിക്സുകൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ടത്.

## CAUSES OF ANTIBIOTIC RESISTANCE



- ആന്റിബയോട്ടിക്സുകൾ പ്രധാനമായും രണ്ടു കാര്യങ്ങൾക്കാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്.
1. ബാക്ടീരിയ മൂലമുണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ള അസുഖങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കാൻ (ഉദാ: ശസ്ത്രക്രിയക്കു മുൻപും ശേഷവും)
  2. ബാക്ടീരിയ മൂലമുണ്ടായ അസുഖങ്ങളുടെ ശമനത്തിന് (ഉദാ: ന്യൂമോണിയ)


 Department of Pharmacy Practice  
**St. Joseph's College of Pharmacy**  
 Dharmagiri College Campus  
 Naipunnaya Road, Cherthala - 688 524  
 Tel: +91 478-2182138, 2810046, 2821546

ആന്റിബയോട്ടിക്സുകളുടെ അമിത ഉപയോഗം നമുക്ക് പ്രതിരോധം തരുന്ന നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ നല്ല ബാക്ടീരിയകളെയും നശിപ്പിക്കുന്നു.

**ആന്റിബയോട്ടിക് റസിസ്റ്റൻസ്**

ബാക്ടീരിയകൾ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളോട് പ്രതിരോധിക്കാൻ വേണ്ടി വരുത്തുന്ന മാറ്റങ്ങൾ.

ബാക്ടീരിയകളിൽ വരുന്ന ഈ മാറ്റങ്ങൾ മൂലം നേരത്തെ ഫലപ്രദമായിരുന്ന പല ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളും ഫലം ഇല്ലാതെ വരുകയും വളരെ ശക്തി കുടിയതും കൂടുതൽ ദുഷ്യ ഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നതുമായ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു.

ശക്തിയേറിയതും കൂടുതൽ ദുഷ്യഫലങ്ങൾ ഉളവാക്കുന്നതുമായ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളോടും സമീപഭാവവിധിയിൽ ബാക്ടീരിയകൾ പ്രതിരോധിക്കുമ്പോൾ നമുക്ക് ബാക്ടീരിയയെ പ്രതിരോധിക്കാൻ ആയുധം ഇല്ലാതെ വരാം.

ഔഷധനിർമ്മാണ കമ്പനികൾക്ക് മുടക്കുമുതൽ പോലും തിരിച്ച് ലഭിക്കുന്നതിന് മുമ്പായി ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ ഉപയോഗശൂന്യമാകുന്നത് മൂലം പുതിയ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ കൊണ്ടുവരാൻ താല്പര്യം കാണിക്കുന്നില്ല.

**ആന്റിബയോട്ടിക് റസിസ്റ്റൻസിന്റെ പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ**

- ☐ ബാക്ടീരിയ മൂലമുണ്ടാകുന്ന ചെറിയ അസുഖങ്ങൾക്ക് വളരെ ശക്തിയുള്ളതും ദുഷ്യഫലങ്ങൾ കുടിയതുമായ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു.
- ☐ ശസ്ത്രക്രിയയോടൊപ്പം വരാവുന്ന ബാക്ടീരിയ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന അസുഖങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കാൻ പറ്റാതെ വരുമ്പോൾ ശസ്ത്രക്രിയ ഫലവത്താകാതെ വരാം.
- ☐ അവയവം മാറ്റിവയ്ക്കൽ പോലുള്ള നൂതനശസ്ത്രക്രിയകൾ ഫലമണിയാതെ വരുകയും അവയവം സ്വീകരിക്കുന്ന ആളിന് കൂടുതൽ പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്യും.
- ☐ കൂടുതൽ ദിവസം ആശുപത്രിയിൽ തങ്ങേണ്ടതായി വരാം.
- ☐ ബാക്ടീരിയ മൂലമുള്ള ചെറിയ അസുഖങ്ങൾക്ക് പോലും പതിനടഞ്ഞ് കൂടുതൽ ചികിത്സാചിലവ് വരാം.
- ☐ നമ്മുടെ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളുടെ ദുരുപയോഗം മൂലം, ബാക്ടീരിയ റസിസ്റ്റൻസ് ആർജ്ജിക്കുകയും അങ്ങനെയുള്ള ബാക്ടീരിയകൾ സമൂഹത്തിനു തന്നെ ഒരാപത്താവുകയും ചെയ്യും.

**ആന്റിബയോട്ടിക് റസിസ്റ്റൻസ് ഒഴിവാക്കാൻ എനിക്ക് എന്തു ചെയ്യും**

- ➔ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശമില്ലാതെ ഒരു കാരണവശാലും ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ വാങ്ങി കഴിക്കാതിരിക്കുക.
- ➔ ജലദോഷം പോലുള്ള ചെറിയ അസുഖങ്ങൾക്ക് ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക.
- ➔ ഒരാൾക്ക് നൽകിയിരിക്കുന്ന ആന്റിബയോട്ടിക്, മറ്റൊരാൾക്ക് അതുപോലുള്ള അസുഖങ്ങൾ വരുമ്പോൾ പോലും ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക.
- ➔ ഡോക്ടറും മെഡിക്കൽ ഷോപ്പിലെ ഫാർമസിസ്റ്റും പറഞ്ഞുതന്ന രീതിയിൽ കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ അസുഖം കുറഞ്ഞാലും മരുന്നു കഴിക്കുക. ഒരു കാരണവശാലും ഇടയ്ക്ക് വെച്ചു നിർത്തരുത്.
- ➔ ആന്റിബയോട്ടിക് എഴുതി തരാൻ ഡോക്ടറെ നിർബന്ധിക്കാതിരിക്കുക.
- ➔ ശുചിത്വത്തിന് ഏറ്റവും പ്രാധാന്യം നൽകുകയും ചെറുപ്പം മുതൽ അത് ശീലമാക്കാൻ കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക.
- ➔ വാക്സിനുകൾ ഡോക്ടർ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന സമയത്ത് തന്നെ കുട്ടികൾക്ക് കൊടുക്കുക.
- ➔ ആന്റിബയോട്ടിക്കിനൊപ്പം ഏതെങ്കിലും മരുന്ന് കഴിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഡോക്ടറെയും ക്ലിനിക്കൽ ഫാർമസിസ്റ്റിനെയും അറിയിക്കുക.
- ➔ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളെ കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ധാരണ ഡോക്ടറിന്റെയും ഫാർമസിസ്റ്റിന്റെയും സഹായത്തോടെ നേടുക.
- ➔ വളർത്തുമൃഗങ്ങൾക്കും, കൃഷിയിടങ്ങളിലും ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളുടെ ദുരുപയോഗം ഒഴിവാക്കുക.

ശരിയായ ശുചിത്വവും ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളുടെ സൂക്ഷിച്ചുള്ള ഉപയോഗവും നമുക്ക് ശീലമാക്കാം...  
 "നല്ലൊരു ഭാവിക്കായി ശരിയായ ശുചിത്വം ശീലിക്കുകയും ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളുടെ ദുരുപയോഗം തടയുകയും ചെയ്യും".

