

Świadome stosowanie antybiotyków

W dniach 18 - 24 listopada 2023 roku obchodzimy Światowy Tydzień Wiedzy o Antybiotykach (WAAW, ang. World Antibiotic Awareness Week), który został ustanowiony przez Światową Organizację Zdrowia w 2015 r.

Co każdy z nas może zrobić?

Stosuj antybiotyki tylko wtedy, gdy zostały przepisane przez lekarza, nie żądaj antybiotyków, jeśli lekarz twierdzi, że ich nie potrzebujesz. Stosując antybiotyki, postępuj zgodnie z zaleceniami lekarza - sam nie skracaj terapii, nie udostępniaj ani nie używaj antybiotyków pozostałych po poprzedniej terapii, zapobiegaj infekcjom poprzez regularne mycie rąk, higieniczne przygotowywanie posiłków, unikanie bliskiego kontaktu z chorymi, aktualizację szczepień i uprawianie bezpiecznego seksu.

Przygotowuj żywność w sposób higieniczny (utrzymuj czystość, oddzielaj surową i ugotowaną żywność, dokładnie gotuj, utrzymuj żywność w bezpiecznej temperaturze, używaj bezpiecznej wody i surowców) oraz wybieraj żywność, która została wyprodukowana bez użycia antybiotyków w hodowli zwierząt.