مقاومت آنتی بیوتیکی

باوجود همه هشدارها، هنوز هم مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک در بین ایرانی‌ها بالاست

معصومه متین نژاد| سرماخوردگی و آنفلوآنزا جزو بیماری‌های شایع این فصل است که گریزی هم از آن نیست. به‌ویژه این روزها که آنفلوآنزا بیشتر از سرماخوردگی‌های ساده سلامتی مردم را تهدید می‌کند. بیمارهایی که با کمی خود مراقبتی به راحتی به درمان جواب می‌دهد و در بیشتر مواقع هم نیازی به مراجعه به پزشک نیست و خوددرمانی کار خودش را می‌کند. بخشی از این خوددرمانی‌ها که به اســتراحت، مصرف آبمیوه‌های طبیعی و خوراک‌های ساده و لطیف مانند سوپ و داروهای طبیعی مانند شلغم مربوط می‌شود، خیلی هم خوب است ولی بخش دیگر آن که معلوم نیست چطور فرهنگ استفاده از آن در بین مردم باب شده است به مصرف داروهای شیمیایی به‌ویژه آنتی بیوتیک‌ها برمی‌گردد. داروهایی که برای درمان بیماری‌های عفونی (باکتریایی) تولید شده‌اند و هیچ تأثیری برروی بیماری‌های ویروسی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا ندارند.

ایرانی‌ها افزون بر ســرماخوردگی و آنفلوآنزا برای درمــان بیماری‌های زیاد دیگری نظیر دندان درد و گوش درد هم از آنتی بیوتیک به میزان زیادی استفاده می‌کنند. به این مصرف خودسرانه باید تجویزهای بی‌مورد برخی از پزشکان را هم اضافه کرد. براساس آمارهای سازمان بهداشت جهانی حدود ۳۰درصد از کل نسخه‌های آنتی بیوتیکی که در سراسر جهان تجویز می‌شود، غیرضروری است. این شرایط وقتی تأسف‌بارتر می‌شود که بفهمیم این تجویزهای بی‌مورد در کشور ما از حد میانگین جهانی هم فراتر رفته است و به وضعیت هشدار رسیده است تا آنجا که به دومین مصرف‌کننده آنتی بیوتیک در جهان تبدیل شده‌ایم. همچنین استفاده بی‌رویه از آنتی بیوتیک در دام‌پزشکی هم عامل دیگری شده است تا این روزها با خطری جدی به اســم مقاومت آنتی بیوتیکی روبه‌رو شویم. مشکلی که پیامدهای آن بسیار ناگوارتر از آن چیزی است که احساس می‌شود.

مقاومت آنتی بیوتیکی به چه معناست؟

معرفی داروی آنتی‌بیوتیک در دهه‌های ۱۹۴۰و ۱۹۵۰ با تحول زیادی در جامعه پزشکی همراه بود و جان میلیون‌ها انســان را از بیماری‌های عفونی نجات داد. اما دیری نپایید که زنگ خطر استفاده بی‌رویه از این دارو در دنیا به‌صدا درآمد. تحقیقات پژوهشگران در حوزه سلامت نشان داد که این داروها دیگر مانند سابق عمل نمی‌کنند و هربار باید دوز بیشـــتری از آن‌ها را تجویز کرد. درواقع نوعی مقاومت میکروبی ایجاد شده بود که آنتی‌بیوتیک‌ها دیگر نمی‌توانستند دربرابر آن نقش یک سرکوبگر را داشته باشند و باید به‌دنبال نسل‌های قوی‌تری از آن‌ها می‌بودیم. ازسوی دیگر مصرف این داروها عوارضی هم داشت که با مصرف بیشتر داروها تشدید می‌شد و باید هرروز شاهد صدمه بیشتری به کلیه‌ها، کبد و اعصاب محیطی می‌بودیم.

در سال ۲۰۱۲ میلادی، سازمان جهانی بهداشت گزارشی را مبنی بر افزایش مقاومت به داروهای ایدز ارائه کرد، این گزارش نشان داد که کنترل این بیماری مهلک با داروهای رایج، اثربخشی کمتری دارد و باید به ســمت داروهای پرهزینه‌تر حرکت کرد. در سال ۲۰۱۳ میلادی، ۴۸۰ هزار مورد جدید بیماری سل مقاوم به دارو در ۱۰۰ کشور گزارش شد که به معنی دوره‌های درمان طولانی‌تر و اثربخشی کمتر داروهای فعلی بود. همچنین این گزارش‌ها نشان می‌داد که واکنش‌های آلرژیک روز به روز درجامعه بیشتر می‌شود که بی‌ارتباط با مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک‌ها نبود. درنتیجه، این شرایط سازمان بهداشت جهانی را به ایجاد پویشـــی برای مقابله با این معضل واداشـــت که ارتباط مستقیمی با برنامه‌های آگاهی‌بخشی به مردم و جامعه پزشکی داشت.

مهم‌ترین عوارض مقاومت به آنتی بیوتیک

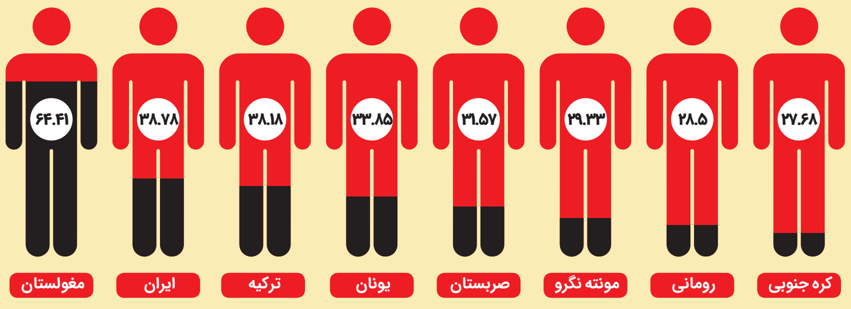
- افزایش مرگ و میر و بیماری‌زایی بیشتر
- طولانی‌شدن مدت زمان اقامت بیماران در مراکز درمانی و افزایش هزینه‌های بستری
- افزایش خطر ابتلا به عفونت‌های ثانویه و ظهور ارگانیسم‌های مقاوم
- افزایش بروز عفونت‌های جدی
- اختلال در توازن جمعیت میکروبی روده و نابودی میکروب‌های مفید

پرمصرف‌ترین داروها در ایران

براساس آمارهای سازمان بهداشت، ۱۰تا ۱۵درصد داروها در ایران خودسرانه مصرف می‌شوند که در این بین داروهای مســکن و آنتی بیوتیک‌ها بیشترین میزان مصرف خودسرانه دارو را دارند.

پرمصرف‌ترین کشورها

بررسی‌های ســازمان بهداشت جهانی نشــان می‌دهد که بســیاری از کشــورها بیشــتر از میانگین جهانی از آنتی بیوتیک استفاده می‌کنند، درحالی که برخی از کشــورها ممکن است دسترسی کافی به این دارو برای نجات زندگی بیماران خود نداشته باشند.



۷ درصد

۷درصد از آنتی بیوتیک‌های مصرف شده در اتحادیه اروپا بدون نسخه هستند.

۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ میلیاردها تومان

درکشورمان سالیانه از ۱۰ میلیــون تا میلیــاردها تومان هزینه صرف مصرف آنتـــی بیوتیک و درمان عفونت‌های مقاوم به آن می‌شود

۱۰ میلیون نفر

درصورت ادامـه مصرف بی‌رویـــه آنتی بیوتیـــک تا سال ۲۰۵۰ حدود ۱۰میلیـــون نفر به دلیل مقاومت آنتی بیوتیکی در دنیا جان خود را از دست می‌دهند

استفاده طولانی مدت از آنتی بیوتیک، خطر بروز بیماری‌های قلبی و سکته مغزی را در زنان بیشتر افزایش می‌دهد

۷۰ میلیون تومان

هزینه درمان فردی که به آنتی بیوتیک مقاوم شده است حدود ۵۰۰ تا ۷۰۰ میلیون ریال ارزیابی می‌شود

ایران

جهان

مصرف بی‌رویه آنتی بیوتیک‌ها در ایران ۱۶ برابر بیشتر از استاندارد جهانی است.

پرمصرف‌ترین داروها در ایران براساس آمارنامه دارویی سال ۹۷ سازمان غذا و دارو

۱ قرص سرماخوردگی بزرگ ســـــالان

۲ قرص آسپرین

۳ قرص متفورمین ۵۰۰ (برای دیابت)

۴ قرص لوزارتان پتاسیم ۲۵ میلی گرم (برای فشارخون)

۵ رانیتیدین ۱۵۰ میلی گرم (برای رفلاکس معده)

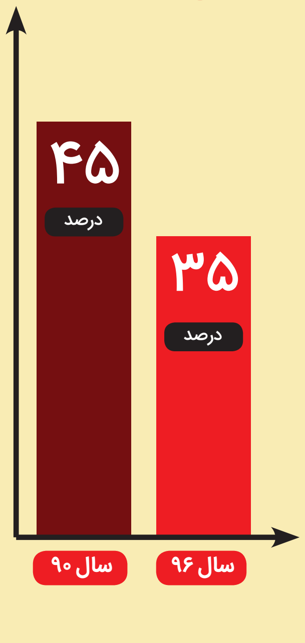
۶ کپسول آموکسی سیلین ۵۰۰ میلی گرم

آریترومایسین

آموکسی‌سیلین

سفیکسین

۳آنتی بیوتیک پرمصرف در ایران با تجویز پزشکان



با تدابیر صورت گرفته در کشورمان میانگین آنتی بیوتیک‌های تجویزی در نسخه‌های پزشکان ایرانی از ۴۵درصد درسال ۹۰ به ۳۴.۷۵درصد درسال ۹۶ رسید

شهرآرا
روزنامه شهر امید وزندگی
SHAHRARANEWS.IR
۱شنبه
۲۴ آذر ۱۳۹۸
۲۸ ربیع الثانی۱۴۴۱
شماره ۲۹۹۴

کرم کارامل عربی

عکس: ساناز صفایی| شهرآرا

تعداد	زمان برای پخت	قیمت تمام‌شده برای هر نفر
۸ نفر	۶۰دقیقه	۲۵۰۰ تومان

پیشنهاد سرآشپز

هاینه رضوانی، مدرس آشپزی و شیرینی‌پزی| دسرها به‌ویژه کرم‌کارامل‌ها بسیار متنوع هستند و روش‌های مختلفی برای تهیه آن‌ها به‌کار برده می‌شود. به کرم‌کارامل‌ها به‌دلیل بافت نرمی که دارند، اقبال زیادی می‌شود، برای همین دستور آشپزی امروز را به آموزش نوعی کرم‌کارامل عربی اختصاص داده‌ایم که روش تهیه ســاده‌ای هم دارد و با نوعی بیسکویت سنتی آماده می‌شود. این دسر خوشمزه که مواد اولیه آن را به‌راحتی می‌توان در منزل تهیه کرد، زینت‌بخشی عالی برای سفره‌های میهمانی‌تان خواهد بود.

مواد لازم

خامه صبحانه
یک پاکت

شیر
۳لیوان

بیسکویت
یک بسته

پودر کرم کارامل آماده
یک بسته

کافی میکس
یک عدد

①

یک بسته کافی میکس را به همراه شـــیر در قابلمه‌ای بریزید و روی حرارت کم بگذارید و دائم هم بزنید تا مواد آن به‌طور کامل در شیر حل شود.

②

خامه و پودر کرم کارامل را به شـــیر اضافـــه کنید و به هم زدنتان ادامـــه بدهید تا ترکیب یکدستی ایجاد شود. حالا شعله را خاموش کنید.

③

بیسکویت‌ها (پتی‌بور) را خرد کنید و درون مخلوط کن بریزید. مخلوط شیر، کافی میکس، خامه و کرم کارامل را هم که آماده کرده‌اید به آن بیفزایید. مخلوط کن را روشـــن کنید و اجازه بدهید که مواد خوب باهم مخلوط و یکدست شوند.

④

برای مشاوره و سفارش می‌توانید به این نشانی مراجعه کنید. @guitanoosh- http://yon.ir/yNJMD

مخلوط آماده را درون ظرفی بریزید و بگذارید یک تا ۲ساعت درون یخچال بماند تا مایع سفت شود. این دسر را می‌توان درون قالب هم ریخت که برای این منظور باید به آن پودر ژلاتین اضافه کرد.

دکتر مینو محرز، رئیس مرکز تحقیقات ایذر ایران: **آنتی بیوتیک‌ها تنها از طریق داروهای خوراکی و تزریقی مصرف نمی‌شوند، بلکه بخشی از آن از طریق دام، طیور و محصولات گیاهی وارد بدن ما می‌شود.**