



**В наш час багато хвороб мають бактеріальну природу. Навіть вірусні інфекції дають ускладнення бактеріального плану. В таких випадках лікар призначає курс антибіотиків – ліків, що призначенні для знищення патогенних мікроорганізмів.**

**При гострих респіраторних вірусних інфекціях антибіотики не допоможуть,** не принесуть ніякої користі, а навпаки перевантажать організм та ослаблять його. А щоб прийом антибіотиків не закінчився новими проблемами в стані організму, є декілька правил їх застосування.

- **Перше (і головне) – не призначати курс лікування самостійно**, особливо при простудних захворюваннях, а за направлінням лікаря провести бактеріологічний посів біологічного матеріалу з визначенням антибіотикограми.
- **Друга умова застосування антибіотиків – не припиняти передчасно прийом** прописаних ліків. Якщо таке відбувається, це призводить до рецидиву хвороби, яку лікувати набагато складніше, тому що патогенна мікрофлора вже встигла адаптуватися до певного антибіотика.

**Не забувайте про важливу деталь прийому антибіотиків. Їх потрібно запивати звичайною негазованою питною водой**

## ОЮ

– і тільки нею. Значення має і дієта. При цьому пам'ятайте – ліки приймають в залежності від інструкції для медичного застосування: до їжі, під час їжі, після їжі, однак не в якому разі замість їжі.

Навіть, якщо ви чітко дотримуєтесь всіх медичних приписів, без негативних наслідків антибактеріальна терапія не проходить. Справа в тому, що препарат не розрізняє, де патогенний мікроорганізм, а де корисний. **Саме з цим пов'язане те, що ліки вбивають природну мікробіоту**

кишечника, внаслідок чого виникає дисбактеріоз зі своїми неприємними симптомами.

- **Тому паралельно з антибіотиками призначають прийом пробіотиків.** Ці речовини захищають корисну кишкову мікрофлору та й сприяють її регенерації. При цьому пробіотики слід приймати з першого дня антибактеріального курсу. Їх призначає лікар. І тут є певні правила

### Перше:

між прийомом антибактеріального та підтримуючого препарату повинно пройти не менш як дві години.

- **Друге правило:** пробіотик потрібно пити довше за часом, ніж тривала антибактеріальна терапія.

**Тільки пробіотикам важко впоратися з дисбактеріозом. Потрібні ще і преображення.**

**Це харчові інгредієнти, що стимулюють ріст**

, життєдіяльність, розмноження корисної мікрофлори в кишечнику. Без преображення значна частина введених до кишечника корисних препаратів буде проходити через нього транзитом.

**Пребіотики виконують ще одну важливу функцію, вони евакуюють з організму продукти розпаду, які накопичуються внаслідок порушення функції травної**

**системи. Пребіотики, стимулятори кишкової флори, є присутні і в деяких продуктах харчування:** в крупах, неочищених злаках, бананах, кавунах, насінні льону та інших. Їх бажано приймати як профілактичний засіб для підтримки нормальних функцій кишечнику. При явно вираженому дисбактеріозі з активною діареєю такі продукти приймати не рекомендується. Краще та й корисніше в таких випадках застосовувати аптечні препарати.

В нашому житті з антибіотиками знайоме майже все доросле населення. А щоб запобігти негативних наслідків при їх прийомі, не забувайте про пробіотики та пробіотики. **Вони вважаються помічниками при лікуванні антибіотиками інфекційних хвороб бактеріальної природи.** І саме головне. Запам'ятайте, самолікування шкідливе для вашого здоров'

я. Справа лікаря призначати медичні препарати, особливо антибіотики, до яких мають чутливість конкретні патогенні бактерії.