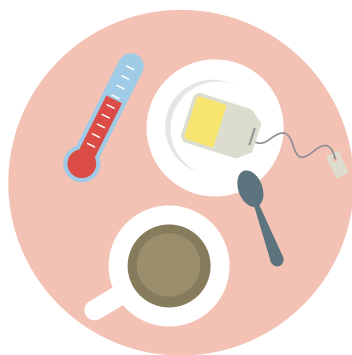




## ANTIBIOTICI, MEGLIO USARLI BENE

PER UNA CURA EFFICACE E PER RIDURRE LA RESISTENZA NEI BATTERI

Soprattutto nei mesi più freddi, è bene ricordare l'importanza di un uso appropriato degli antibiotici. Poche e semplici regole riprese dalla Regione Emilia-Romagna nella campagna "Antibiotici. Un peccato usarli male", che valgono per tutti, perché questi farmaci sono preziosi per la salute, ma solo se presi in modo corretto. Ricorrere agli antibiotici quando non serve è un rischio: può portare allo sviluppo di resistenza nei batteri, con la conseguenza che, nel momento in cui questi medicinali sono più necessari, possono perdere la loro capacità di guarire.



### ANTIBIOTICO SÌ

Prendi l'antibiotico solo se il medico te lo prescrive! E per guarire ed evitare ricadute, rispetta esattamente le dosi e gli orari che ti ha indicato; non interrompere la terapia anche se ti senti meglio. Se compaiono effetti indesiderati, parlane con il medico.

### ANTIBIOTICO NO

Non utilizzare antibiotici senza prima aver consultato il medico. Lascia che sia lui a decidere se servono oppure no e ricorda che per curare le comuni infezioni causate da virus (come raffreddore, influenza, mal di gola, bronchite acuta, ecc.) gli antibiotici non sono necessari.

### LA RESISTENZA ALL'ANTIBIOTICO

È un fenomeno naturale, causato dalle mutazioni genetiche che si verificano nei batteri. I batteri sensibili muoiono quando entrano in contatto con gli antibiotici, mentre quelli resistenti continuano a moltiplicarsi. La resistenza agli antibiotici è in costante aumento in tutto il mondo: con il tempo, si riducono gli antibiotici efficaci disponibili. E' una minaccia per la salute di tutti che si può contrastare con l'uso corretto e responsabile di questi farmaci.



### BATTIMANI A CHI SI LAVAVA LE MANI

**COME**

- Bagnati le mani e insaponale
- Conta fino a 20 mentre strofini le mani
- Risciacquale e asciugale bene

**QUANDO**

- Prima di mangiare
- Dopo essere andato in bagno
- Ogni volta che sono sporche

**LO SAPEVI CHE**

Lavarsi le mani fa bene alla salute! Infatti, riduce di oltre il 40% il rischio di contrarre infezioni responsabili di tosse, raffreddore, influenza, mal di gola, gastroenterite, ecc. Acqua, sapone e alcuni sfreganti: un gesto semplice, ma molto efficace. E' bene ripeterlo più volte nel corso della giornata, in particolare: quando si rientra a casa, prima di mangiare, dopo aver usato il bagno, dopo aver tossito, starnutito o aver soffiato il naso, dopo aver maneggiato spazzatura o soldi...