

لصورة: rgpilch - Fotolia

كيف تتم العدوى عن طريق الجراثيم؟

تعد الجراثيم بمثابة مسببات للمرض. لكنها تعمل أيضا على حماية صحتنا: من الطبيعي أن تتجمع العديد من الجراثيم على بشرتنا أو على الأغشية المخاطية لكل من الفم والأنف والأمعاء وبعض الأعضاء الأخرى. حيث تشكل معا حاجزا واقيا، وبالتالي تُصعب على مسببات المرض عملية التسرب إلى أجسامنا. تتمكن الجراثيم، سواء المتعايشة أو تلك الغريبة عن الجسم، في الحالات التي تكون فيها المناعة ضعيفة أو في حالة إصابات على مستوى البشرة والأغشية المخاطية، من الوصول إلى الجسم وبالتالي التسبب في العدوى. الالتهابات الجرثومية الأكثر شيوعا هي الالتهاب الرئوي، والتهابات المسالك البولية، والتهابات الجروح، أو الجلد.

تسمى الحالة التي تنتشر فيها الجراثيم عبر الدم بتسمم الدم، الذي يمكن أن يؤدي في أسوأ الحالات إلى فشل في وظائف بعض الأعضاء، وبالتالي يمكن أن يشكل خطرا على الحياة. عادة ما تكون المضادات الحيوية أدوية ذات فعالية جيدة في حالة الالتهابات الجرثومية، بحيث أنها تقتل أو تُضعف الجراثيم.

كيف تتكون الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية؟

تتكاثر الجراثيم بسرعة كبيرة و بأعداد كبيرة، وبالتالي يمكن ان يتغير التركيب الجيني بحيث تصبح هذه الجراثيم غير حساسة للمضادات الحيوية، وبالتالي تستطيع هذه الجراثيم أن تنجو من المعالجة بالمضادات الحيوية وتعمل على توريث قدرتها على المقاومة. تملك الجراثيم قدرة مقاومة للعديد من المضادات الحيوية، نتحدث في مثل هذه الحالة عن تعدد المقاومة. لا تعد هذه الجراثيم مبدئيا أكثر خطورة من غيرها، ولا تسبب انتانات متكررة، وإنما تسبب التهابا يكون علاجه أكثر صعوبة، لأن عددا قليلا من المضادات الحيوية يكون فعالا في مثل هذه الحالة. تمكن الإختبارات المخبرية من تحديد كل من المضادات الحيوية التي تكون فعالة أو تلك التي تكون غير فعالة.

يرجع تكوّن الجراثيم متعددة المقاومة على وجه الخصوص إلى كون المضادات الحيوية لا تُستعمل بالشكل الصحيح، حيث يكون الاستعمال مفرطا أو لمدة قصيرة جدا أو بجرعات منخفضة.

المكورات العنقودية الذهبية المقاومة للميثيسيلين و غيرها – ما ينبغي أن تعرفه عن هذه الجراثيم

عزيزتي القارئة، عزيزي القارئ،

تعتبر المضادات الحيوية عادة علاجا مناسباً للانتانات المسببة من قبل الجراثيم. إلا أن هناك بعض الجراثيم المقاومة للعديد من المضادات الحيوية. وهذا ما يسمى بالجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية. أكثر هذه الجراثيم شهرة هي المكورات العنقودية الذهبية المقاومة للميثيسيلين – اختصاراً: MRSA. إذ أن معظم المضادات الحيوية لا تؤثر على هذه الجراثيم، و كثيرا ما تطرقت وسائل الإعلام في الآونة الأخيرة للمخاطر التي تشكلها المكورات العنقودية الذهبية المقاومة للميثيسيلين و الجراثيم الأخرى المتعددة المقاومة للأدوية، حيث أن ذلك يسبب قلقاً لدى الكثير من الناس. توضح لك هذه المعلومات من هم حقا الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية و كيف يمكنك حماية نفسك و الآخرين.

في لمحة واحدة: الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية

- تقوم المضادات الحيوية بشكل عام بمعالجة الانتانات التي تسببها الجراثيم.
- إلا أن هناك بعض الجراثيم التي لها القدرة على مقاومة العديد من المضادات الحيوية المختلفة. هذا ما يسمى بالجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية، حيث أن الأدوية التقليدية لا تؤثر عليها وتفقد فعاليتها.
- لا يشكل الإحتكاك المباشر مع الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية عادة خطرا على الأشخاص الأصحاء. حيث أنهم لا يمرضون، إلا أنهم يمكنهم نقل العدوى لأشخاص آخرين في حالة حملهم للجراثيم.
- الأشخاص الأكثر عرضة للخطر هم أولئك الذين يعانون من ضعف المناعة، بشكل خاص في المستشفيات و دور رعاية المسنين. يمكن للجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية أن تتسبب في إصابتك بالعدوى، مثلا في الرئتين أو على الجلد. يكون العلاج أكثر صعوبة في حالة تطویرها للعدوى، لأن عدد المضادات الحيوية الفعالة في هذه الحالة يكون ضئيلا. يمكن للعدوى في أسوأ الحالات أن تشكل خطرا على الحياة.
- ينبغي عليك الالتزام ببعض قواعد النظافة الصحية لحماية نفسك من العدوى. يكتسي غسل اليدين بانتظام أهمية خاصة، و ذلك كونه يمنع مسببات المرض من الإنتشار.

عوامل زيادة قابلية حدوث عدوى ناتجة عن الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية

ما يمكنك القيام به بنفسك

- يشكل تفادي نشر مسببات المرض أهم إجراء يمكن اتخاذه لتجنب الانتان، شريطة أن يتم الالتزام بقواعد النظافة الصحية. تنتشر العديد من الجراثيم عن طريق التلامس المباشر باليدين. لهذا فإن القاعدة الأكثر أهمية هي: غسل اليدين بانتظام و بشكل جيد.
- ينبغي أن تكون الفوطات و منشفات الوجه و مستلزمات النظافة الشخصية مثل فرشاة تنظيف الأسنان خاصة لاستعمالك الشخصي فقط.
- ينبغي أن يكون المحيط الذي تعيش فيه نظيفاً، و يمكن تحقيق ذلك بواسطة مواد التنظيف المنزلية العادية، أما في حال إصابة أحد أفراد الأسرة بمرض معدٍ أو معاناته من ضعف في المناعة، فمن الضروري اللجوء لإستعمال مطهرات خاصة. استفسر طبيبك عن ذلك.
- لا تستطيع معظم الجراثيم مقاومة درجات الحرارة التي تفوق 60 درجة مئوية. قم بتنظيف كل من أواني الطبخ و الغسيل الخاصين بك بانتظام مع استعمال درجات حرارة مرتفعة.
- يمكنك، في حالة إذا كنت تتمكن بصحة جيدة، أن تعيش حاملي الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية بصفة عادية ويمكنك معانقتهم أيضاً، حيث يكون خطر الإصابة بالعدوى ضئيلاً جداً. قم بتنظيف يديك جيداً بعد ذلك.
- تلتزم المستشفيات، بغية تفادي انتقال عدوى الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية للمرضى الآخرين، باتباع قواعد نظافة خاصة، و ذلك في حالة تواجد أشخاص حاملي للجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية أو المصابين بانتان بسبب هذه الجراثيم. اتبع لهذا الغرض تعليمات موظفي المستشفى.
- يجب عليك، إذا كانت لديك جروحاً مفتوحة أو مناعة ضعيفة، تجنب حاملي الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية أو المرضى المصابين بانتانات ناجمة عن الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية.
- ليس من الضروري إجراء فحص عام للتأكد من أنك لا تحمل الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية، وكذلك حتى في حال إذا كنت على اتصال مباشر مع شخص حامل للجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية.
- قد تكون مرة في حاجة للخضوع لعملية جراحية و لديك عوامل خطورة للإصابة بالجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية. يجب عليك في هذه الحالة أن تناقش مع طبيبك، قبل إجراء العملية، ضرورة إجراء اختبارات التحسس للجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية.

تعد الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية عادة غير مؤذية للأشخاص الأصحاء الذين لديهم مناعة جيدة. هذا يعني: يكون عامل الخطورة للإصابة بانتان من خلال التماس مع هذه الجراثيم منخفضاً جداً. يمكن للأشخاص الأصحاء أن يكونوا حاملي للجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية دون أن يُصابوا بمرض و حتى دون أن يكون لديهم معرفة بحملهم لهذه الجراثيم. يصبح الأمر معقداً عندما يقوم هؤلاء الأشخاص دون علم بنقل هذه الجراثيم لأشخاص ذوي مناعة ضعيفة، و الذين يكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بالتهابات صعبة المعالجة. تزيد العوامل التالية من خطر الإصابة بالجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية:

- الإقامة بمستشفى ما خلال ستة أشهر ماضية أو الإقامة بدور لرعاية المسنين أو الحاجة الدائمة للرعاية التمريضية
- العلاج بالمضادات الحيوية خلال ستة أشهر ماضية
- وجود جروح مفتوحة و كبيرة الحجم تتماثل للشفاء بصعوبة
- وجود أنابيب (قسطرة) في الجسم، في المثانة مثلاً
- الأمراض أو الأدوية التي تضعف جهاز المناعة

يمكن للجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية أن تشكل عامل خطورة على الأشخاص الأصحاء الحاملين لها و ذلك عند خضوعهم لعمليات جراحية، حيث يمكن لهذه الجراثيم أن تنتقل إلى الجروح الناجمة عن العملية الجراحية و بالتالي أن تسبب فيها التهابات.

ما هي وتيرة الإصابة بالتهابات الناجمة عن الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية؟

تظهر الانتانات الناجمة عن الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية على الأرجح في الأماكن التي تتم فيها العناية بالعديد من المرضى و الأشخاص ذوي مناعة ضعيفة، أي في المستشفيات و دور رعاية المسنين، و بشكل خاص في المستشفيات حيث يوجد العديد من المرضى الحاملين لعوامل الخطورة، و بالتالي فإن خطر الإصابة بالعدوى يكون هنا أكبر: يساهم حوالي 500000 شخص كل سنة في ألمانيا في انتشار الانتانات المكتسبة من المشافي، و غالباً ما يكون ذلك من خلال الجراثيم المتعايشة في الجسم. يعود سبب حوالي 30000 عدوى من بين تلك إلى الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية. هذا يعني 6 من بين 100 انتان مُكتسَب من المُستشفى يعود إلى الجراثيم المتعددة المقاومة للأدوية.

المزيد من المعلومات

مصادر، المُنَهجِيَّات و روابط إضافية

تجد جميع المراجع المستعملة، دليل المنهجيات و روابط إضافية تحت الرابط التالي:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/multiresistente-erreger

المزيد من المعلومات المختصرة الخاصة بموضوع „المضادات الحيوية“: www.patinfo.org

مع أطيب التحيات

مسؤول عن المضمون:

مركز الأطباء للجودة في الطب (ÄZQ)

مركز مشترك بين KBV و BÄK

الإيميل: 030 4005-2555

الإيميل: patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de



MRSA AND CO. – WHAT YOU SHOULD KNOW ABOUT THESE ORGANISMS

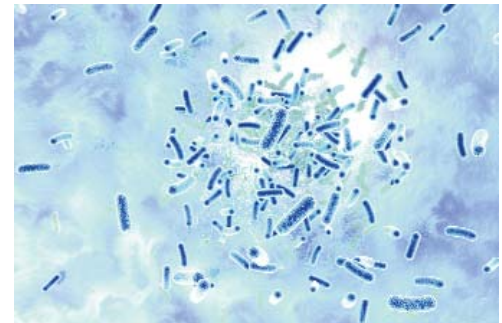


Photo: © rgpilch - Fotolia

DEAR READER,

Bacterial infections normally respond well to treatment with antibiotics. However, some bacteria are insensitive to numerous antibiotics. They are called *multidrug-resistant organisms* – in short: MDROs. The most well-known is *methicillin-resistant Staphylococcus aureus* – in short: MRSA. Most antibiotics are not effective against these organisms. There have been frequent reports of late in the media about the risks posed by MRSA and other multidrug-resistant organisms. Many people are worried by these reports.

This Patient Information leaflet outlines for whom multidrug-resistant organisms present a real threat and how you can protect both yourself and others.

At a glance: multidrug-resistant organisms

- Bacterial infections normally respond well to treatment with antibiotics.
- Some bacteria are, however, resistant to many different antibiotics. They are called multi-drug resistant organisms (MDROs). In their case the usual medication doesn't work.
- For healthy individuals, contact with MDROs is usually completely harmless. They don't become ill. However, they may pass them on to other people if they are carriers.
- Individuals with a weakened immune system, particularly in hospitals and nursing homes, are at risk. MDROs can trigger infections in them, for instance in their lungs or on their skin. When they develop an infection, treatment is more difficult because only a few antibiotics still work. In the worst case scenario the infection may become life-threatening.
- To protect against infection, certain hygiene rules should be respected. Regular washing of the hands is very important to prevent the organisms from spreading.

▶ WHAT CAUSES A BACTERIAL INFECTION?

Bacteria are known as disease-causing organisms. But they also protect our health: many bacteria naturally colonise our skin and the mucous membranes of our mouth, nose, intestines and other organs. Together, they form a protective barrier, making it more difficult for disease-causing organisms to penetrate our bodies. When the immune system is weakened or the skin and mucous membranes are damaged, both foreign organisms and the body's own organisms can enter the body and trigger an infection. Frequent types of bacterial infection are pneumonia, infection of the urinary tract, wound or skin infections.

When the bacteria spread in the bloodstream through the body, the term used is blood poisoning. In the worst case scenario, organ failure may occur. This can be life-threatening. Antibiotics are normally effective in treating bacterial infections. They kill or weaken the bacteria.

▶ HOW DO MULTIDRUG-RESISTANT ORGANISMS DEVELOP?

Bacteria multiply very quickly and in large numbers. This may change their genetic make-up in such a way that these organisms become insensitive to antibiotics. These bacteria survive antibiotic treatment and pass on their ability to resist. When bacteria are resistant to several antibiotics, the term used is *multiresistance*. In principle, these bacteria are no more dangerous than any others, nor do they trigger infections more frequently. However, once an infection develops, it is far harder to treat. Only a few antibiotics continue to be effective. Laboratory tests can determine which antibiotics can still help and which can't.

Multidrug-resistant bacteria are formed particularly when antibiotics are not correctly administered, this means too often, too short or at an insufficient dose.

► RISK FACTORS FOR MDRO INFECTIONS

Multidrug-resistant organisms are normally harmless for healthy individuals with a good immune system. This means: the risk of disease on contact with these bacteria is very low. Healthy individuals may be carriers of multidrug-resistant organisms without becoming ill themselves. Normally, they don't know they are MDRO carriers. This becomes problematic when they unknowingly transmit these organisms to individuals with a weakened immune system who are particularly at risk of developing infections which are then harder to treat. The following factors increase the risk of catching MDROs:

- Hospital stay during the previous 6 months
- Stay in a nursing home
- Need for permanent care
- Antibiotic treatment within the last 6 months
- Open, larger, poorly healing skin wounds
- Tubes (catheters) in the body, for instance in the bladder
- Diseases which weaken the immune system, for instance diabetes, hepatitis, HIV
- Medication that suppresses the immune system

For healthy MDRO carriers, the organisms can constitute a risk when they undergo surgery. The MDROs can enter the surgical wound and trigger an infection.

► HOW FREQUENT ARE MDRO INFECTIONS?

MDRO infections occur most frequently in facilities that look after sick and weakened individuals, for example hospitals and nursing homes. There are many patients with risk factors in hospitals. That's why the risk of infection is the highest there. In Germany, around 500 000 people develop hospital infections every year, often from the body's own organisms. Around 30 000 of them are caused by multidrug-resistant organisms. Approximately 6 out of 100 hospital infections are caused by MDROs.

► MORE INFORMATION

Sources, methodology and other useful links

You can access all the sources, the methodology document and other useful links here:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/multiresistente-erreger

Patient Information on the subject of "Antibiotics": www.patinfo.org

► WHAT YOU CAN DO

- The best protection against infection is not to spread disease-causing organisms. This is possible when you respect hygiene rules. Many organisms are spread through direct hand contact. Hence, absolute priority must be given to: **regular and thorough washing of the hands**.
- Do not share personal items like towels, wash cloths and toiletries such as toothbrushes.
- Keep your home clean. Normal household cleaners are sufficient. Special disinfectants may be necessary when a member of your household has an infectious disease or an immunodeficiency. Seek advice from your doctor about this.
- Most disease-causing organisms do not survive temperatures above 60°C. Wash your dishes and laundry regularly at higher temperatures.
- If you are healthy, you can have normal contact with MDRO carriers. You can also hug them. The risk of infection is extremely low. But be sure to wash your hands thoroughly afterwards.
- In hospitals, special hygiene rules must be respected for MDRO carriers or individuals with an MDRO infection to avoid transmitting MDROs to other patients. Please respect the instructions of the nursing staff.
- If you have open wounds or a seriously weakened immune system, you should avoid any contact with MDRO carriers or people with an MDRO infection.
- If your doctor prescribes antibiotics, take them as instructed.
- There is no need for a general test to determine whether you are an MDRO carrier, not even when you have been in contact with a person with an MDRO infection.
- If you need to undergo surgery and are at risk of contracting MDRO, it is advisable to talk to your doctor about whether it might be wise to have a test for MDROs.

Responsible for the content:
German Agency for Quality in Medicine (ÄZQ)
Joint institution of BÄK and KBV
Fax: 030 4005-2555
Email: patienteninformation@azq.de
www.patinfo.org
www.azq.de



With the compliments of

SARM & CO : TOUT CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR SUR CES BACTÉRIES

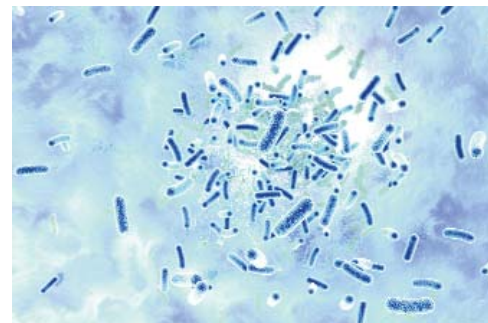


Photo : © rgpilch - Fotolia

CHÈRE LECTRICE, CHER LECTEUR,

En général, le traitement des infections bactériennes par des antibiotiques est efficace. Mais certaines bactéries s'avèrent insensibles à de nombreux antibiotiques. On parle alors de *bactéries multirésistantes* (BMR). La plus connue est le staphylocoque doré résistant à la méthicilline (SARM). La plupart des antibiotiques n'agissent pas contre ces agents pathogènes. Depuis quelques temps, les médias rapportent les dangers liés aux BMR – ce qui inquiète de nombreuses personnes.

Dans cette information, découvrez pour qui les bactéries multirésistantes sont vraiment une menace et comment vous pouvez vous en protéger et protéger les autres.

En bref : les bactéries multirésistantes

- En général, le traitement des infections bactériennes par des antibiotiques est efficace.
- Mais certaines bactéries résistent à plusieurs types d'antibiotiques. On parle alors de bactéries multirésistantes (BMR).
- Pour les personnes en bonne santé, le contact avec des BMR est généralement sans danger. Elles ne tombent pas malades. Mais elles peuvent devenir des porteuses de ces agents pathogènes et les transmettre à d'autres personnes.
- Les personnes à risque sont celles dont le système immunitaire est affaibli, notamment dans les hôpitaux et les maisons de santé. Les BMR peuvent alors déclencher des infections, par exemple au niveau des poumons ou de la peau. Le traitement est d'autant plus difficile car seuls quelques antibiotiques agissent contre ces infections. Dans le pire des cas, le pronostic vital est engagé.
- Pour se protéger, il faut respecter les règles d'hygiène. Se laver régulièrement les mains est important pour éviter la propagation.

▶ COMMENT LES INFECTIONS BACTÉRIENNES SE FORMENT-ELLES ?

Les bactéries sont connues pour leur activité pathogène. Mais elles protègent aussi notre santé : beaucoup d'entre elles vivent naturellement dans les tissus cutanés, les muqueuses buccales, nasales, intestinales et dans d'autres organes. Elles forment ainsi une barrière protectrice contre les agents responsables de maladies. En cas de défenses immunitaires défaillantes ou de blessures, des agents pathogènes étrangers ou ceux que nous portons en nous peuvent provoquer une infection. Parmi les infections les plus courantes figurent la pneumonie, les infections urinaires, les infections de plaies et de la peau.

Si les bactéries se propagent dans le corps par le sang, on parle d'infection généralisée ou encore de *septicémie*. Dans les cas les plus graves, certains organes peuvent ne plus fonctionner, ce qui engage le pronostic vital du patient. En général, les antibiotiques sont des médicaments efficaces contre les infections bactériennes. Ils tuent ou affaiblissent les bactéries.

▶ COMMENT LES BACTÉRIES MULTIRÉSISTANTES APPARAISSENT-ELLES ?

Les bactéries se multiplient rapidement et en grand nombre. Ce faisant, leur génome peut se modifier. Elles deviennent insensibles aux antibiotiques et transmettent leur résistance aux nouvelles bactéries. Si elles résistent à de nombreux antibiotiques, on parle de *multirésistance*. Ces bactéries ne sont pas plus dangereuses et ne provoquent pas plus d'infections que les d'autres. Mais quand une infection survient, elle est plus difficile à traiter car peu d'antibiotiques agissent. Des tests de laboratoire permettent de savoir quels sont les antibiotiques efficaces.

L'apparition de bactéries multirésistantes est due à l'utilisation incorrecte des antibiotiques, employés trop souvent, trop brièvement ou avec une posologie trop faible.

► Bactéries multirésistantes

► FACTEURS DE RISQUE POUR LES INFECTIONS À BMR

Pour les personnes en bonne santé et dotées d'un bon système immunitaire, les bactéries multirésistantes sont en général inoffensives. Même en cas de contact, le risque de tomber malade est faible. Les sujets sains peuvent avoir en eux des germes multirésistants sans pour autant développer une maladie. La plupart du temps, ils ne savent même pas qu'ils sont porteurs de BMR. En revanche, s'ils transmettent ces bactéries à des personnes dont les défenses immunitaires sont faibles, cela devient problématique. Ces personnes peuvent développer des infections difficiles à traiter. Les facteurs suivants augmentent le risque d'attraper des BMR :

- séjour hospitalier au cours des 6 derniers mois ou séjour en maison médicalisée
- besoin de soins médicaux de longue durée
- antibiothérapie au cours des 6 derniers mois
- plaies ouvertes qui guérissent mal
- tuyaux (cathéter) dans le corps
- système immunitaire affaibli

Pour les porteurs sains de BMR, les agents pathogènes peuvent constituer un risque en cas d'opération. Les BMR peuvent pénétrer dans la plaie issue de l'intervention chirurgicale et déclencher une infection.

► LES INFECTIONS À BMR SONT-ELLES FRÉQUENTES ?

Les infections à BMR apparaissent le plus souvent dans les établissements de soins de personnes malades et affaiblies, c'est-à-dire les hôpitaux et les maisons médicalisées. Les hôpitaux comptent de nombreux patients à risque. Le risque d'infection y est donc le plus élevé : en Allemagne, environ 500 000 personnes par an développent des infections nosocomiales, souvent dues à des bactéries déjà présentes dans l'organisme. Sur ce chiffre, environ 30 000 infections sont induites par des bactéries multirésistantes. Environ 6 infections nosocomiales sur 10 sont donc déclenchées par des BMR.

► POUR PLUS D'INFORMATIONS

Sources, méthodologie et autres liens

Toutes les sources utilisées, le document de méthodologie et les liens complémentaires sont disponibles ici :

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/multiresistente-erreger

Informations aux patients sur le thème des « Antibiotiques » : www.patinfo.org

Responsable du contenu :

Service central pour la garantie de la qualité médicale (ÄZQ)

Institut commun du BÄK et de la KBV

Fax : 030 4005-2555

e-mail : patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de

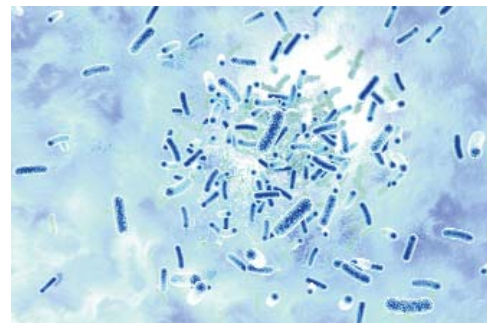


► QUE POUVEZ-VOUS FAIRE PAR VOUS-MÊME ?

- La meilleure protection contre les infections est de ne pas transmettre les agents pathogènes à d'autres personnes. Pour y parvenir, il vous suffit de respecter des règles d'hygiène. De nombreuses bactéries se propagent par contact direct à travers les mains. C'est pourquoi il est primordial de **se laver soigneusement et régulièrement les mains**.
- N'utilisez vos serviettes, gants et articles de toilette tels que la brosse à dents que pour vous-même.
- Votre logement doit être propre. Les produits ménagers du commerce sont suffisants. Des désinfectants spéciaux peuvent être nécessaires lorsqu'un membre de la famille a une maladie contagieuse ou une déficience immunitaire. Parlez-en à votre médecin.
- La plupart des agents pathogènes ne survivent pas à une température de plus de 60°C. Lavez régulièrement votre vaisselle et votre linge à des températures élevées.
- Si vous êtes en bonne santé, vous pouvez avoir un contact normal avec des sujets porteurs de BMR. Les accolades sont possibles. Le risque de contamination est très faible. Lavez-vous bien les mains après.
- À l'hôpital, en présence de porteurs de BMR ou de patients atteints d'une infection à BMR, des règles d'hygiène particulières doivent être observées afin de ne pas contaminer d'autres patients. Respecter les consignes du personnel.
- Si vous avez une plaie ouverte ou de faibles défenses immunitaires, évitez le contact avec des porteurs de BMR ou des personnes atteintes d'une infection à BMR.
- Même si vous avez été en contact avec une personne atteinte d'une infection à BMR, il n'est pas nécessaire de vérifier si vous êtes porteur de BMR.
- Vous devez peut-être être opéré et présentez un facteur de risque pour les infections à BMR. Le cas échéant, demandez à votre médecin s'il ne serait pas utile de faire un test de détection de BMR avant l'intervention.

Remis gracieusement par

MRSA & CO. – ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ОБ ЭТИХ БАКТЕРИЯХ



Фотография: © rgpilch - Fotolia

УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

Бактериальные инфекции в большинстве случаев хорошо лечатся антибиотиками. Однако некоторые бактерии стали нечувствительны к действию многих препаратов. Их называют *полирезистентными возбудителями инфекций*. Самый известный из них – *метициллин-резистентный золотистый стафилококк (MRSA)*. На эти бактерии большинство антибиотиков не действуют. В последнее время в СМИ нередко шла речь об опасностях, исходящих от MRSA и других подобных возбудителей. Обеспокоенность среди населения растёт.

Из этого бюллетеня Вы узнаете, для кого полирезистентные микроорганизмы действительно опасны и как Вы можете защитить себя и других.

Кратко: полирезистентные бактерии

- Бактериальные инфекции обычно хорошо лечатся антибиотиками.
- Однако некоторые бактерии невосприимчивы ко многим видам антибиотиков. Их называют полирезистентными возбудителями. Обычные медикаменты на них не действуют.
- Для здоровых людей контакт с полирезистентными возбудителями, как правило, безопасен. Они не заражаются. Став носителями, они могут передавать бактерии окружающим.
- Под угрозой находятся люди с ослабленным иммунитетом, особенно в больницах, домах престарелых и инвалидов. Полирезистентные микроорганизмы могут вызвать у них, например, инфекции в лёгких или на коже. Помочь могут лишь немногие антибиотики, это осложняет курс лечения. В худшем случае возникает опасность для жизни.
- Для защиты от инфекций следует соблюдать правила гигиены. Чтобы остановить дальнейшее распространение возбудителей, особенно важно регулярно мыть руки.

► КАК ПРОИСХОДИТ ЗАРАЖЕНИЕ БАКТЕРИЯМИ?

Всем известно, что бактерии – источники болезней. Однако они также защищают наше здоровье: множество бактерий естественным образом живёт на коже, слизистых оболочках рта, носа, кишечника и других органов. Вместе они создают защитный барьер и осложняют проникновение в организм болезнетворных микроорганизмов. При слабом иммунитете, повреждениях кожи и слизистых оболочек в организм могут попасть и вызвать заражение как чужие, так и свои собственные возбудители. К частым бактериальным инфекциям относят воспаление лёгких, мочевых путей, заражения через раны и кожу.

Если бактерии распространяются в организме через кровь, говорят о заражении крови. В худшем случае органы перестают выполнять свою функцию. Может возникнуть опасность для жизни. При бактериальных инфекциях, как правило, хорошо действуют антибиотики. Они убивают или ослабляют бактерии.

► КАК ВОЗНИКАЕТ ПОЛИРЕЗИСТЕНТНОСТЬ?

Бактерии размножаются очень быстро и в большом количестве. При этом их геном может измениться, делая их невосприимчивыми к действию антибиотиков. Бактерии выживают, несмотря на приём лекарств, и передают резистентность следующим поколениям. Устойчивость (резистентность) сразу ко многим антибиотикам называют *полирезистентностью*. В сущности эти бактерии неопаснее других. Заражения они вызывают тоже не чаще, чем другие. Но такие инфекции намного сложнее поддаются лечению, так как действие оказывают лишь немногие препараты. С помощью лабораторных анализов выясняют, какие антибиотики могут помочь, а какие нет. Полирезистентные бактерии появляются, прежде всего, из-за неправильного применения антибиотиков, то есть слишком часто, недостаточно долгого или с низкой дозировкой.

► Полирезистентные микроорганизмы

► ФАКТОРЫ РИСКА

Для здоровых людей с хорошим иммунитетом полирезистентные возбудители, как правило, безобидны. При контакте с этими бактериями риск заразиться минимален. Здоровые люди могут носить в себе полирезистентные возбудители не заражаясь. Зачастую они и не знают, что являются носителями. Проблемы возникают тогда, когда они неосознанно передают возбудителей людям со слабым иммунитетом, которые особенно рискуют получить трудно поддающиеся лечению инфекции. Следующие факторы повышают риск заражения:

- пребывание в клинике в последние 6 месяцев или пребывание в доме престарелых/инвалидов
- длительная потребность в уходе
- приём антибиотиков в последние 6 месяцев
- открытые большие плохозаживающие раны на коже
- трубки (катетеры) в теле
- болезни, ослабляющие иммунитет, например, сахарный диабет, гепатит, ВИЧ
- медикаменты, подавляющие иммунитет

Для здоровых носителей полирезистентных бактерий они становятся опасными в случае операции. Возбудители могут проникнуть в рану и вызвать заражение.

► КАК ЧАСТО ПРОИСХОДЯТ ЗАРАЖЕНИЯ?

Чаще всего инфекции встречаются в учреждениях с большим количеством больных и ослабленных, в больницах, домах престарелых и инвалидов. Особенно в больницах много людей из группы риска. Поэтому здесь опасность инфекций наиболее велика. В Германии около 500 тысяч пациентов ежегодно заражаются в больницах, часто собственными бактериями. Почти 30 тысяч заражений вызывают полирезистентные микроорганизмы, то есть примерно каждая 6 из 100 внутрибольничных инфекций происходит по вине полирезистентных возбудителей.

► ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Источники, методика и ссылки по теме

Все использованные источники, методы и ссылки по теме Вы найдёте здесь:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/multiresistente-erreger

Краткие информационные бюллетени на тему „Антибиотики“: www.patinfo.org

Ответственный за содержание:

Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)

Совместный институт ВÄК и KBV

Факс: 030 4005-2555

Эл.почта: patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de



► ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ САМИ

- Лучшая защита от инфекций – не распространять возбудителей. Для этого необходимо соблюдать правила гигиены. Многие микроорганизмы передаются прямым контактным путём через руки. Поэтому, главное правило – **регулярное, тщательное мытьё рук**.
- Полотенца, мочалки, предметы гигиены, зубные щётки нужно использовать индивидуально.
- Следите за чистотой жилья. Обычных моющих средств вполне достаточно. Необходимость в специальных средствах дезинфекции возникает только тогда, когда один из членов семьи страдает заразной болезнью или слабым иммунитетом. Поговорите с лечащим врачом.
- Большинство бактерий погибают при 60°C и выше. Регулярно мойте посуду и стирайте бельё при высоких температурах.
- Если Вы здоровы, Вы можете нормально общаться с носителями полирезистентных бактерий, даже обнимать друг друга. Опасность заражения минимальна. Хорошо вымойте потом руки.
- В больницах для носителей полирезистентных бактерий и инфицированных существуют особые правила гигиены, чтобы возбудители не передались другим пациентам. Следуйте указаниям персонала.
- Если у Вас открытые раны или ослабленный иммунитет, избегайте контакта с носителями полирезистентных бактерий и инфицированными ими.
- Общая проверка на наличие у Вас полирезистентных бактерий необязательна. Даже в том случае, если Вы были в контакте с носителем возбудителей.
- Возможно, Вам предстоит операция и у Вас есть риск заразиться. Обсудите с лечащим врачом, есть ли смысл сдать анализ на полирезистентные бактерии.

С рекомендацией

SARM Y OTROS – LO QUE USTED DEBE SABER SOBRE ESTOS AGENTES PATÓGENOS

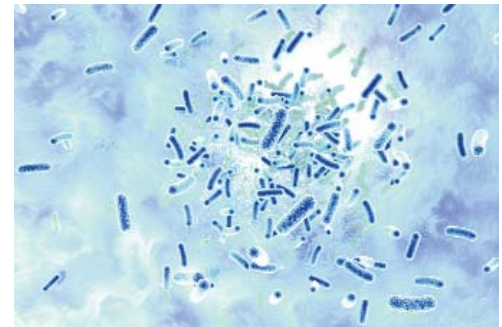


Foto: © rgpilch - Fotolia

ESTIMADA LECTORA, ESTIMADO LECTOR:

En general, las infecciones causadas por bacterias se pueden tratar bien con antibióticos. Sin embargo, algunas bacterias son insensibles a muchos antibióticos. En ese caso se habla de agentes patógenos *multirresistentes*, abreviado MRE. El más conocido es el *Staphylococcus aureus resistente a la meticilina*, abreviado SARM. La mayoría de los antibióticos no tienen ningún efecto contra estos agentes patógenos. Últimamente los medios de difusión han informado frecuentemente sobre los peligros que SARM y otros agentes patógenos multirresistentes conllevan.

En esta información usted se enterará para quienes pueden ser realmente peligrosos los agentes patógenos multirresistentes y cómo puede usted protegerse.

Sinopsis: Agentes multirresistentes

- En general, las infecciones con bacterias se pueden tratar bien con antibióticos.
- Sin embargo, algunas bacterias son resistentes a muchos antibióticos. Se habla de agentes patógenos multirresistentes (MRE). Los medicamentos usuales no surten ningún efecto.
- Por lo general, para las personas sanas el contacto con MRE no es peligroso. No se enferman. Pero si llevan los agentes patógenos consigo pueden traspasarlos a otras personas.
- Corren riesgo las personas con bajas defensas, especialmente en hospitales y asilos de ancianos. Los MRE pueden provocarles infecciones, por ejemplo, en los pulmones o en la piel. Si se desarrolla una infección el tratamiento será difícil porque sólo pocos antibióticos surten efecto. Por esta razón, en el peor de los casos la infección puede ser mortal.
- Para protegerse de infecciones hay que cumplir con determinadas reglas de higiene. Lavarse las manos regularmente es muy importante para que los agentes patógenos no se transmitan.

► ¿CÓMO SE GENERA UNA INFECCIÓN BACTERIANA?

A las bacterias se las denomina agentes patógenos. Pero también protegen nuestra salud: muchas bacterias se encuentran en la piel, la mucosa bucal, la nariz, el intestino y otros órganos formando una barrera protectora para dificultar que los agentes patógenos nocivos penetren en nuestro cuerpo. Cuando las defensas están bajas o la piel y las mucosas presentan lesiones pueden ingresar al organismo agentes patógenos ajenos o propios y desencadenar una infección. Las infecciones bacterianas más frecuentes son neumonía, infecciones urinarias, de la piel o de las heridas. Si las bacterias penetran en el cuerpo a través de la sangre se habla de septicemia. En el peor de los casos pueden dejar de funcionar los órganos. Esto puede poner en peligro la vida. Generalmente, en el caso de infecciones bacterianas son eficaces los antibióticos porque matan o debilitan las bacterias.

► ¿CÓMO SE GENERAN LOS AGENTES PATÓGENOS MULTIRRESISTENTES?

Las bacterias se reproducen rápidamente y en gran cantidad modificando el genotipo de forma tal que esos agentes patógenos se vuelven insensibles a los antibióticos. Esas bacterias sobreviven el tratamiento con antibióticos y transmiten su resistencia. Si las bacterias son resistentes a muchos antibióticos se habla de *multirresistencia*. En realidad, esas bacterias no son más peligrosas que otras ni causan más infecciones. Pero si se produce una infección es mucho más difícil de tratar puesto que sólo muy pocos antibióticos son eficaces. Mediante pruebas de laboratorio se podrá comprobar qué antibióticos pueden ser de ayuda y cuáles no. Las bacterias multirresistentes se generan, sobre todo, por no emplear los antibióticos correctamente, es decir que se toman con demasiada frecuencia, por un tiempo demasiado breve o en una dosis insuficiente.

▶ Agentes patógenos multirresistentes

▶ FACTORES DE RIESGO PARA CONTRAER INFECCIONES MULTIRRESISTENTES

En general, los agentes patógenos multirresistentes son inofensivos para las personas sanas con un buen sistema inmunológico. Es decir que el riesgo de enfermarse al entrar en contacto con esas bacterias es mínimo. Las personas sanas pueden portar los agentes patógenos multirresistentes sin enfermarse. Generalmente no saben que son portadores de MRE, pero es un problema cuando transmiten inconscientemente esos agentes patógenos a personas con las defensas debilitadas que corren el peligro de desarrollar infecciones que serán muy difíciles de tratar. Los siguientes factores aumentan el riesgo de contraer un MRE:

- internación hospitalaria en los últimos 6 meses o residencia en asilo de ancianos
- necesidad permanente de cuidados especiales
- tratamiento antibiótico en los últimos 6 meses
- heridas grandes y abiertas de difícil curación
- tubos (catéter) en el cuerpo, por ej. en la vejiga
- enfermedades que debilitan el sistema inmunológico o medicamentos que suprimen las defensas

Los agentes patógenos pueden ser un riesgo para los portadores sanos de MRE si tienen que ser operados. Los MRE pueden penetrar en la herida y provocar una infección.

▶ ¿CON QUÉ FRECUENCIA SE PRODUCEN INFECCIONES MULTIRRESISTENTES?

Las infecciones MRE se presentan con mayor probabilidad en instituciones en las que se encuentran muchas personas enfermas o debilitadas: hospitales y asilos de ancianos. Sobre todo, en hospitales hay muchos pacientes con factores de riesgo, donde el peligro de contraer infecciones es muy grande: alrededor de 500 000 personas desarrollan infecciones hospitalarias anualmente en Alemania, muchas veces por bacterias propias.

▶ MÁS INFORMACIÓN

Fuentes, metódica y otros enlaces de interés

Aquí encontrará todas las fuentes utilizadas, el documento metodológico y otros enlaces de interés:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/multiresistente-erreger

Más informaciones breves sobre el tema „Antibióticos“: www.patinfo.org

Alrededor de 30 000 infecciones son causadas por MRE. Esto significa que 6 de cada 100 infecciones hospitalarias son provocadas por MRE.

▶ ¿QUE PUEDE HACER USTED?

- La mejor protección contra infecciones es no transmitir agentes patógenos. Esto se puede evitar cumpliendo con las reglas de higiene. Muchas bacterias se transmiten por contacto directo a través de las manos. Por eso lo más importante es **lavarse las manos regular y concienzudamente**.
- Cada persona debe utilizar sus propias toallas y artículos de higiene como el cepillo de dientes.
- La vivienda debe estar aseada. Los detergentes de uso doméstico son suficientes. Desinfectantes especiales pueden ser necesarios si algún familiar tiene una enfermedad contagiosa o inmunológica.
- La mayoría de los agentes patógenos no sobreviven a temperaturas mayores de 60°C. Lave la vajilla y la ropa regularmente a altas temperaturas.
- Si usted está sano puede tener contacto normal con portadores de MRE. También es posible un abrazo. El peligro de contagio es mínimo. Después lávese muy bien las manos.
- En los hospitales se deben tener en cuenta reglas especiales de higiene en el caso de portadores o enfermos de MRE para que los MRE no se transmitan a otros pacientes. Tenga en cuenta las instrucciones del personal.
- Si usted tiene una herida abierta o el sistema inmunológico debilitado, evite el contacto con portadores o enfermos de MRE.
- No es necesario verificar de forma general si usted es portador de MRE. Tampoco aunque haya tenido contacto con una persona con MRE.
- Si usted debe ser operado y tiene un factor de riesgo consulte a su médico si es necesario realizar antes un test de MRE.

Responsable del contenido:
Agencia Médica de Calidad en la Medicina (ÄZQ)
Instituto conjunto de BAK y KBV
Telefax: 030 4005-2555
E-Mail: patienteninformation@azq.de
www.patinfo.org
www.azq.de



Por recomendación

MRSA VE DİĞERLERİ – BUNLAR HAKKINDA BİL- MENİZ GEREKENLER



Foto: © rgpilch - Fotolia

SEVGİLİ OKURLAR,

Bakterilerin neden olduğu enfeksiyonlar genelde antibiyotiklerle iyi bir şekilde tedavi edilir. Ancak bazı bakteriler birçok antibiyotiğe karşı direnç gösterirler. Bu durumda *çoklu ilaç direncine sahip bakterilerden*, kısaca MDR'den bahsedilir. Bunların arasında en iyi bilineni kısaca MRSA olan *Metisilin dirençli Staphylococcus aureus*'tur. Birçok antibiyotik bu bakteride etkili olmaz. Son dönemlerde basında MRSA ve diğer çoklu ilaç direnci olan bakterilerin yarattığı tehlikeyle ilgili çok sayıda insanda huzursuzluğa neden olan haberler çıktı.

Bu bilgilendirme metni, çoklu ilaç direnci olan bakterilerin kimler için tehlikeli olabileceği ve kendinizi ve diğer insanları nasıl koruyabileceğinize dair bilgiler içerir.

Kısaca: Çoklu İlaç Dirençli Bakteriler

- Bakterilerin neden olduğu enfeksiyonlar genelde antibiyotiklerle iyi bir şekilde tedavi edilir.
- Ancak bazı bakteriler çok sayıda farklı antibiyotiğe karşı dirençlidirler. Buna çoklu ilaç direnci (MDR) denir. Bu durumda alışılagelmiş ilaçlar etki etmez.
- Sağlıklı insanlar için MDR ile temas genelde tehlikesizdir. Bu kişiler hastalanmazlar. Ancak bu bakterileri taşıyorlarsa onları başka insanlara bulaştırabilirler.
- Vücut direnci zayıf olanlar risk altındadır, özellikle de hastanede ya da bakım evlerinde kalanlar. MDR onlarda akciğerde ya da deride olduğu gibi enfeksiyonlara neden olabilir. Enfeksiyon geliştiğinde ise tedavisi zordur çünkü yalnızca az sayıda antibiyotik ona etki eder. Bu nedenle en kötü durumda enfeksiyonun seyri ölümcül olabilir.
- Enfeksiyonlardan korunmak için belli hijyen kurallarına dikkat etmelisiniz. Bakterilerin yayılmaması için düzenli bir şekilde ellerin yıkanması özellikle önemlidir.

► BAKTERİ BİR ENFEKSİYONA NASIL NEDEN OLUR?

Bakteriler hastalığa neden olan patojenler olarak bilinirler. Ancak onlar aynı zamanda sağlığımızı da korurlar. Çok sayıda bakteri ağız, burun ve bağırsak mukozası ve diğer organlarda olduğu gibi doğal bir şekilde cildimizin üzerinde yaşar. Birlikte koruyucu bir bariyer oluştururlar ve böylelikle hastalığa neden olan patojenlerin vücudumuza girmesini engellerler. Ancak vücut direnci zayıf olduğunda ya da deri veya mukozanın yaralanması sonucu hem yabancı hem vücuda ait patojenler vücudun içine girebilir ve bir enfeksiyona neden olabilirler. Sık görülen bakteri enfeksiyonları akciğer ve idrar yolları enfeksiyonu ile yara veya deri enfeksiyonlarıdır.

Bakteriler kan yoluyla vücuda yayıldığında kan zehirlenmesinden bahsedilir. En kötü durumda organlar işlevlerini kaybedebilir. Bu durum hayati tehlike yaratabilir. Bakteriyel enfeksiyonlarda antibiyotikler genelde etkili ilaçlardır. Bunlar bakterileri öldürür veya zayıflatırlar.

► ÇOKLU İLAÇ DİRENÇLİ BAKTERİLER NASIL OLUŞUR?

Bakteriler hızlı ve çok sayıda çoğalırlar. Bu çoğalma esnasında genleri öylesine değişebilir ki antibiyotiklere dirençli hale gelebilirler. Bu bakteriler antibiyotik ile tedavide ölmezler ve bu dirençlerini kalıtsal olarak diğer kuşaklarına aktarırlar. Bakterilerin birçok antibiyotiğe karşı dirençli olmasına *çoklu ilaç direnci* denir. Bu bakteriler esasen diğerlerinden daha tehlikeli değildir ve daha sık enfeksiyona neden olmazlar. Ancak bir enfeksiyon meydana geldiğinde tedavisi daha zordur çünkü sadece az sayıda antibiyotik etki eder. Laboratuvar testleriyle hangi antibiyotiklerin etkili olup olmadığı anlaşılır.

Çoklu ilaç direnci olan bakteriler özellikle antibiyotiklerin yanlış kullanımı sonucu ortaya çıkarlar; yani ya çok fazla, ya çok kısa süre ya da çok düşük dozajda kullanılmaları sonucu.

► MDR-ENFEKSİYONLARINDA RİSK FAKTÖRLERİ?

İyi bir vücut direncine sahip sağlıklı insanlar için çoklu ilaca dirençli bakteriler genelde zararsızdırlar. Yani bu bakterilerle temas edilmesi durumunda hastalanma riski çok azdır. Sağlıklı insanlar, kendileri hastalanmaksızın bakteri taşıyabilirler. Onlar genelde MDR bakterileri taşıdıklarını bilmezler. Sorun, bu bakterileri vücut direnci zayıf kişilere bulaştırmaları ile başlar. Bunlarda, tedavisi zor olan enfeksiyona yakalanma riski yüksektir. MDR'ye yakalanma riskini yükselten faktörler şunlardır:

- Son altı ay içinde hastanede yatmış olmak veya bir bakımevinde kalmak
- Daimi olarak bakıma muhtaç olmak
- Son altı ay içinde antibiyotik tedavisi görmüş olmak
- Deride açık, büyük, zor iyileşen yaralar
- Kateter takılması (örn. mesane kateteri)
- Vücut direncini zayıflatan hastalıkların varlığı; örneğin diyabet, hepatit, HIV
- Vücut direncini baskılayan ilaçlar almak

Risk, sağlıklı olan ancak MDR taşıyanlar için bir ameliyat söz konusu olduğunda doğar. MDR'ler ameliyat yarasının içine girip bir enfeksiyona neden olabilirler.

► MDR ENFEKSİYONLARI HANGİ SIKLIKTA GÖRÜLÜR?

MDR enfeksiyonları daha çok hastane ve bakımevlerinde yani çok sayıda hasta insanın bakıldığı kuruluşlarda görülürler. Özellikle hastanelerde risk taşıyan hastalar çoktur. Bu nedenle buralarda enfeksiyon riski en yüksek düzeydedir: Almanya'da yılda 500 bin insanda hastane enfeksiyonları gelişir ve bunlara genelde vücudun kendi bakterileri neden olur. Bunların 30 bini çoklu ilaç direnci olan bakterilerin neden olduğu enfeksiyonlardır. Dolayısıyla 100 hastane enfeksiyonundan 6'sı MDR'nin neden olduğu enfeksiyonlardır.

► DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN

Kaynaklar, Yöntem ve İlave Linkler

Kullanılan tüm kaynakları, yöntem belgesini ve ilave linkleri aşağıdaki adreste bulabilirsiniz:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/multiresistente-erreger

„Antibiyotikler“ ile ilgili hastalar için diğer kısa bilgileri aşağıdaki adreste bulabilirsiniz: www.patinfo.org

İçerikten sorumlu:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Görevlendiren: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)

ve Bundesärztekammer (BÄK)

Telefax: 030 4005-2555

E-Postai: patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de



► SİZ NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Enfeksiyonlardan korunmanın en önemli yolu hastalığa neden olan bakterilerin yaygınlaşmamasıdır. Hijyen kurallarına uyulduğunda bu sağlanmış olur. Birçok bakteri el ile temasla yayılır. Dolayısıyla en önemlisi **ellerin düzenli ve iyi bir şekilde yıkanmasıdır.**
- Havlu, kese ve dış fırçası gibi hijyen ürünlerini sadece kendiniz kullanın.
- Yaşadığınız mekan temiz olmalıdır. Bunun için alışıldık temizlik maddeleri yeterlidir. Özel dezenfekte maddeleri, ancak bir yakınınızda bulaşıcı bir hastalık görülmesi ya da bağışıklık sisteminde zayıflık olması durumunda gerekli olabilir. Doktorunuzla bu durumu görüşün.
- Bakterilerin çoğu 60 derecenin üzerindeki ısıya dayanıksızdır. Bulaşıklarınızı ve çamaşırlarınızı daha yüksek ısı derecesinde düzenli bir şekilde yıkayın.
- Siz sağlıklıysanız MDR taşıyıcılarıyla normal ilişki kurabilirsiniz. Onlarla kucaklaşmanız da mümkündür. Enfeksiyonun bulaşma ihtimali çok düşüktür. Ancak temasın ardından ellerinizi iyi bir şekilde yıkayın.
- Hastanede kalan MDR taşıyıcıları veya MDR hastalarının bakteriyi diğer hastalara bulaştırmaması için özel hijyen kurallarına uyulmak zorundadır. Bu konudaki personelin uyarılarını dikkate alın.
- Açık yaranız varsa ya da bağışıklık sisteminiz çok zayıflamışsa MDR taşıyıcıları veya MDR hastaları ile temas kurmayın.
- Doktorunuz antibiyotik verdiğinde bunu mutlaka onun tavsiye ettiği şekilde alın.
- MDR taşıyıcısı olup olmadığınıza dair genel bir inceleme gerekli değildir. Bu, MDR'li bir kişiyle temasta bulunmuş olsanız dahi gerekli değildir.
- Eğer ameliyat olma durumunuz varsa ve MDR risk faktörüne sahipseniz doktorunuzla bir MDR testi yaptırmanın faydalı olup olmayacağını önceden görüşün.

Samimi tavsiyelerle