



## Hastalar için DSÖ bilgileri

**Antibiyotik direnci nedir?** Bazen, geçmişte belirli bir bakteri enfeksiyonu için işe yarayan bir antibiyotik artık işe yaramaz. Bu, bakteri değiştiğinde olur ve bu nedenle artık o antibiyotik tarafından öldürülemez veya engellenemez. O antibiyotik (ve benzer başka antibiyotikler de) bu bakterilerin neden olduğu bir enfeksiyonu tedavi edemez. Başka bir deyişle, bakteri direnç kazanır ve hastanın vücudunda antibiyotik alırken bile çoğalmaya devam edebilir. Bunun adı **antibiyotik direncidir** ve genellikle antibiyotiklerin aşırı ve yanlış kullanımından kaynaklanır.

**Antibiyotiğe dirençli bakteriler vücudumuza nasıl girer?** Dirençli bakterilerin hastanın vücuduna girmesi için genellikle cerrahi bir yara veya damar yolu gibi ciltte bir "giriş noktası" olduğunda enfeksiyonlar meydana gelir. Bunun meydana gelmesinin en olası yolu, kirli ellerle doğrudan giriş noktasına dokunmaktır. Antibiyotik kullanımının yüksek olduğu ve yetersiz şekilde düzenlendiği sağlık kurumlarında, bakterilerin antibiyotiklere dirençli hale gelme olasılığı daha yüksektir ve tedavi edilmesi çok daha zor olan sağlık hizmeti sırasında edinilen enfeksiyonlara (SHİE: sağlık hizmetiyle ilişkili enfeksiyonlar) neden olabilir.

**Hem hastanelerde hem de toplumda antibiyotik direnci görülüyor mu?** Antibiyotik direnci, hastanelerde ve toplumda görülen dünya çapında bir sorundur.

**Antibiyotiğe dirençli bakteriler hakkında neden endişelenmelisiniz?** Bir kişi antibiyotik aldığı anda, genellikle enfeksiyona neden olan bakteriler öldürülür, ancak dirençli bakteriler vücutta gelişebilir ve çoğalabilir. Bu durum mevcut antibiyotiklerle enfeksiyonları tedavi etmeyi zorlaştırır. Bu enfeksiyonlar ciddi zararlara ve ölüme neden olabilir. Antibiyotiğe dirençli bakteriler hastalara kolayca yayılabilir. Bazen aile üyelerinize, okul arkadaşlarınıza veya iş arkadaşlarınıza da yayılabilirler. Daha fazla bakteri antibiyotiklere direnç geliştirdiğinden, ayrıca enfeksiyonları tedavi etmek için mevcut antibiyotiklerin sayısı azaldığından, antibiyotik direnci dünya çapında bir halk sağlığı sorunudur. Sizin veya ailenizin, bağırsaklarınıza veya cildinize herhangi bir zarar vermeden yerleşebilen, ancak başkalarında enfeksiyona neden olabilen antibiyotiğe dirençli bakterileri edinebileceğinizi unutmamak önemlidir.

**Dirençli bakterilerin hastalara bulaşmasını önlemek için sağlık çalışanlarının yapması gereken kilit eylem nedir?**

**Cevap basit: El hijyeni!**

Sağlık çalışanlarının hastaları dirençli bakterilerden korumak için ellerini temizlemesi gereken önemli durumlar vardır:

### **Bir sağlık çalışanı hastaya ilk yaklaştığında hastaya dokunmadan önce**

Örneğin, bir muayene yapmadan veya sizi hareket ettirmeye yardım etmeden önce. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) bu durumu "Durum 1: Hastayla temastan önce" olarak adlandırmaktadır.

### **Temiz/ aseptik bir işlemten önce**

Bu, örneğin yara pansumanları, idrar sondası yerleştirme ve bakımı, ağız bakımı, damar yolu yerleştirme ve bakım sırasında ağız içi gibi mukoza zarlarına veya vücudun sağlam olmayan bir bölümüne doğrudan dokunmayı içeren işlemlerden gerçekleştirmeden önce anlamına gelir. DSÖ bu durumu "Durum 2: Temiz/aseptik işlemlerden önce" olarak adlandırmaktadır.



## Hastalar için DSÖ bilgileri

### Hastalar hastanede antibiyotik direnci gelişimini sınırlamak için ne yapabilir?

Hastalar hastanede ellerini temizleyerek antibiyotiğe dirençli bakterilerin yayılmasını durdurmaya yardımcı olabilirler. İşte bazı örnekler:

- a) kendi yara pansumanlarına veya damar yollarına dokunmadan önce;
- b) diğer hastalara dokunduktan sonra;
- c) tuvaleti kullandıktan sonra.

Hastalar ayrıca kendilerine dokunmadan önce ve temiz bir iş yapmadan önce ellerini temizleyip temizlemediklerini kibarca sorarak sağlık çalışanları ile birlikte çalışabilirler.

### Sizin için genel öneriler

- Antibiyotiğe ihtiyaç duymamak için sağlıklı kalarak (örneğin sağlıklı bir diyet ve iyi hijyen uygulayarak) enfeksiyonların gelişmesini önleyiniz.
- Ev, ofis, okul, spor salonu vb. yerlerde ellerinizi düzenli olarak temizleyerek enfeksiyonlardan kaçınınız.
- Doktorunuz gerekirse enfeksiyonunuza uygun antibiyotik yazsın. Doktorunuzdan antibiyotik istemeyiniz.
- Virüslerin neden olduğu enfeksiyonlarda antibiyotiklerin işe yaramadığını unutmayınız.
- Antibiyotik reçete edilirse, her zaman ilacın mevcut hastalığınıza nasıl yardımcı olacağını sorunuz.
- Antibiyotikleri doktorunuzun önerdiği şekilde kullanınız ve kendinizi daha iyi hissetmeye başlasanız bile antibiyotik almayı atlamayınız veya tamamen bırakmayınız.
- Başka hastalıklar için antibiyotiklerinizi saklamayınız.
- Reçeteli ilaçlarınızı başkalarıyla paylaşmayınız. Bu yanlış kullanıma yol açar ve antibiyotik direncini kolaylaştırabilir. Antibiyotikler güçlü ilaçlardır ve olumsuz yan etkileri de olabilir.
- Ailenizi ve arkadaşlarınızı sadece gerektiğinde antibiyotik almaya teşvik ediniz.

