

Anti-bios = anty-życie?

21 listopada 2010



XX wiek to wiek antybiotyków. Ich odkrycie zrewolucjonizowało współczesną medycynę i dziś walczy się z chorobami głównie za ich pomocą. Czy przypadkiem nie bierzemy antybiotyków zbyt chętnie?

Wiadomo, że od jesieni zaczyna się sezon gryp i zachorowań – najlepiej widać to w przedszkolach, szkołach i pracy. Nagle okazuje się, że jedna osoba jest w stanie zarazić prawie wszystkich w swoim otoczeniu. Jak często u lekarza prosiliście o coś „co na pewno pomoże”? Zależy nam na szybkim powrocie do zdrowia i dlatego od razy myślimy o antybiotyku – nic mocniejszego nie znamy. Ale nikomu nie przychodzi do głowy, żeby zapytać, na co faktycznie może pomóc.

NA TO ANTYBIOTYK NIE POMOŻE...

Antybiotyki mają niszczyć bakterie. Im częściej je bierzemy, tym bardziej się na nie uodparniamy, bo zbyt częste wprowadzanie tego samego leku powoduje, że bakterie mutują i mogą przetrwać, mimo obecności antybiotyku. Błędem jest też przyjmowanie coraz to nowszych antybiotyków, bo ułatwiamy bakteriom mutacje, która doprowadza do uodpornienia się na kolejne szczepy bakterii. A jak wtedy będziemy się leczyć?

Nie od dziś wiadomo, że choroby mogą być bakteryjne albo wirusowe. Ale już mało kto wie, że antybiotyk pomaga tylko na

te pierwsze. Złe rozpoznanie choroby (czy spełnienie życzenia pacjenta) może spowodować niepotrzebne leczenie tym lekiem. Kiedy antybiotyk będzie podawany przy chorobie wirusowej, to jego działanie tylko i wyłącznie zakłóca naturalną pracę naszego organizmu! Dodatkowo go osłabia, a my niepotrzebnie narażamy się na skutki uboczne działania antybiotyków.

MAŁO TOKSYCZNY LEK?!

Choć antybiotyki są lekami, o których lekarze mówią, że są „względnie mało toksyczne” (inaczej w ogóle by ich nie podawali), mogą wywoływać skutki uboczne. Nie zapominajmy, że penicylina, która stała się podwaliną dla wszystkich antybiotyków została odkryta przypadkiem – na pleśni. Często przy antybiotykach mogą pojawić się reakcje uczuleniowe: od wysypek skórnych, przez obrzęki i gorączkę, aż do zagrożenia życia. W tym momencie np. jest istotne robienie prób przed podaniem antybiotyku.

Innym działaniem ubocznym może być zniszczenie dobrych bakterii. Wynikiem tego są problemy trawienne (głównie biegunki) i inne zakażenia (jak np. grzybice). Dochodzi do tego, kiedy antybiotyk oprócz bakterii wywołujących chorobę, zniszczy też te, które normalnie istnieją w naszym organizmie i są potrzebne do zdrowego funkcjonowania. Żeby przeciwdziałać tym niepożądanym skutkom lekarze przepisują probiotyki osłonowo (jak np. Enterol), które przywracają równowagę w naszym organizmie.

JAK W TAKIM RAZIE SIĘ LECZYĆ?

Na pewno nie brać antybiotyków przy każdej chorobie, w której jest gorączka; nie wymieniać starego na nowszy, bo możemy doprowadzić do uodpornienia się na wszystkie dostępne antybiotyki. A jeśli już nie ma wyjścia i zostaje tylko antybiotyk? Przede wszystkim nie przerywać antybiotykoterapii, jak pocujemy się lepiej (to też może doprowadzić do mutacji bakterii). Powinniśmy zawsze brać osłonowo probiotyki, żeby

nie dopuścić do wyjałowienia organizmu. I na pewno nie wymuszać na lekarzach przepisywania antybiotyku, bo chcemy szybko wyzdrowieć. Pamiętajmy, że organizm potrzebuje czasu, żeby pokonać chorobę, a przyjmując antybiotyk zamiast pozbyć się choroby możemy ufundować sobie kolejną.

Autor: Michał Kalinowski

Zdjęcie: [Emily](#)

Źródło: [iThink](#)