



ANTIBIOTICI, IMPARIAMO AD USARLI

Quando sono necessari?

Gli antibiotici non rappresentano la soluzione per le infezioni causate da virus, come i normali raffreddori o l'influenza, perché **sono efficaci solo contro le infezioni batteriche**.

La diagnosi corretta e la decisione sul loro impiego sono di esclusiva competenza di un medico.

Come vanno presi?

Una volta che il medico ha confermato la necessità di assumere antibiotici, è importante usarli in modo responsabile, seguendo le indicazioni sulle modalità d'impiego.

Se non utilizzati non vanno conservati, ma smaltiti secondo le modalità previste (chiedere al farmacista).

Perché usarli in modo responsabile?

Usare gli antibiotici quando non servono o in modo non corretto può **rendere i batteri resistenti** ai successivi trattamenti. Si tratta di un **rischio sanitario** che riguarda non solo la persona che assume gli antibiotici in modo improprio ma anche chi sarà successivamente contagiato da questi batteri resistenti.

Gli antibiotici stanno perdendo efficacia ad un ritmo impensabile, questo perché l'uso degli antibiotici fa sì che i batteri diventino resistenti agli antibiotici stessi. Se continueremo ad usare gli antibiotici nella stessa quantità di oggi, l'Europa potrebbe tornare all'epoca in cui ammalarsi di una comune infezione batterica rappresentata una seria minaccia alla vita.

Gli antibiotici non sono antidolorifici e non possono curare ogni malattia

Fino all'80% delle malattie invernali a carico di naso, orecchie, gola e polmoni è di origine virale, per cui l'uso di antibiotici non servirà a migliorare lo stato di salute. Gli antibiotici non agiscono come un antidolorifico e non possono alleviare mal di testa, dolori di vario genere e intensità, o febbre.

Prendiamoci il tempo per guarire

Quando non si sta bene è stressante far fronte a tutti gli impegni quotidiani, soprattutto se si accusano certi sintomi per la prima volta. Trovare il tempo di andare dal medico può essere difficile e dispendioso in termini di tempo e risorse. Per far fronte a questa situazione può quindi esserti utile sapere come gestire i sintomi della tua malattia. **Impara ad avere cura di te senza usare antibiotici.**

Per la maggior parte delle malattie invernali, le tue condizioni miglioreranno dopo due settimane. Se i sintomi persistono o se sei preoccupato, la cosa migliore è rivolgerti al tuo medico curante.

Durata indicativa dei sintomi negli adulti per la maggior parte delle malattie invernali	
Otite	Fino a 4 giorni
Mal di gola	Fino a 1 settimana
Raffreddore	Fino a 1 ½ settimane
Influenza	Fino a 2 settimane
Naso che cola o naso chiuso	Fino a 1 ½ settimane
Sinusite	Fino a 2 ½ settimane
Tosse (che spesso subentra a un raffreddore)	Fino a 3 settimane

Chiedi consiglio al farmacista: altri medicinali possono aiutarti ad alleviare i sintomi

Il farmacista può raccomandarti medicinali senza prescrizione che possono contribuire ad alleviare i sintomi. Chiedi sempre un parere professionale, soprattutto se stai assumendo medicinali per curare altre malattie.

- Gli antidolorifici alleviano dolori di vario tipo e abbassano la febbre.
- I medicinali antinfiammatori, come gli spray o le pastiglie per la gola, possono facilitare la deglutizione.
- Gli espettoranti orali facilitano l'eliminazione delle secrezioni presenti nelle vie aeree.
- Gli spray nasali e i decongestionanti ti aiutano a respirare meglio.
- Gli antistaminici alleviano sintomi quali prurito, starnuti e secrezione nasale.

Un ottimo rimedio per qualsiasi malattia invernale consiste nell'assumere molti liquidi e restare a riposo.