

# Antibiotici, serve più prudenza!

Dal 13 al 19 novembre ci sarà la settimana svizzera (e mondiale) per l'uso prudente di antibiotici. La resistenza agli antibiotici è un problema sempre più serio su scala globale. I germi che diventano resistenti possono essere molto difficili da trattare perché i farmaci disponibili capaci di combatterli si riducono drasticamente. Una strategia efficace per cercare di ridurre l'uso inappropriato di antibiotici è quella della "prescrizione differita". Ovvero, il paziente riceve una prescrizione con invito però a usare il farmaco solo in caso di peggioramento. La domanda chiave da porsi è: ho davvero bisogno di questo trattamento?

**N**on è certo la prima volta che l'ACSI mette in guardia contro i pericoli (e i costi) della sovramedicazione. Il tema degli antibiotici è uno dei più scottanti. Nell'ottobre del 2013 La borsa della spesa ha pubblicato i risultati di un test sulla carne di pollo: il 47,5% conteneva batteri resistenti agli antibiotici. L'abuso di antibiotici nella medicina veterinaria e negli allevamenti è sicuramente preoccupante e la carne di pollo è la più toccata. Ma l'altra faccia della medaglia è il consumo umano, eccessivo e sproorzionato (vedi Bds 2.15).

## Il problema della resistenza

È cosa nota da tempo: in seguito al consumo troppo diffuso di antibiotici, i batteri del nostro corpo possono sviluppare delle strategie per resistergli. Questo può significare che i batteri siano in grado di resistere a un tipo di antibiotico specifico, ma anche che sviluppino resistenze multiple a tipi di antibiotici diversi. Quando gli antibiotici classici non riescono più a combattere certi tipi di infezione, i medici ricorrono agli antibiotici detti "di riserva". Ma i batteri possono in seguito sviluppare resistenze anche a questi medicinali. La causa principale dello svilupparsi di queste resistenze è l'abuso di antibiotici nella medicina umana e veterinaria.

## La prescrizione differita: una possibile soluzione

Sempre più studi giungono alla conclusione che il modo di prescrivere gli antibiotici può ridurre grandemente il loro utilizzo nella medicina umana. Per esempio fra il 2010 e il 2012 è stato condotto uno studio in Gran Bretagna su 889 pazienti affetti da infezioni acute delle vie respiratorie. Soltanto 333 di questi (il 37%) necessitava di somministrazione immediata di antibiotici, mentre per il restante 63%, poteva essere differita. Lo studio ha appurato che la prescrizione differita non ha influito sulla gravità o la durata dei sintomi. Inoltre, è giunto alla conclusione che se i

pazienti non ricevono una prescrizione immediata, sono decisamente meno inclini a fare uso di antibiotici.

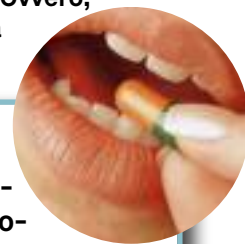
Un'altro studio pubblicato nel 2016 su *Jama Internal Medicine* ha dimostrato grandi variazioni nelle percentuali d'uso di antibiotici in relazione all'approccio medico. Lo studio è stato condotto in Spagna su 398 pazienti affetti da infezioni respiratorie acute senza complicazioni. Il 91% di chi ha ricevuto una prescrizione immediata ha fatto uso di antibiotici. Chi ha ricevuto la prescrizione ma con raccomandazione di utilizzo soltanto in caso di peggioramento lo ha usato nel 33% dei casi. Nei pazienti ai quali è stato detto di passare a ritirare la ricetta non prima di 3 giorni in caso di peggioramenti l'uso è sceso al 23% e soltanto il 12% di coloro che non hanno ricevuto prescrizioni hanno fatto comunque uso di questi medicinali.

## Antibiotici: l'uso corretto ne preserva l'effetto!

È questo lo slogan che verrà utilizzato per la campagna in Ticino in occasione della settimana per l'uso prudente di antibiotici. Perché il motivo principale per non abusare di antibiotici è proprio quello di non ritrovarsi nell'impossibilità di utilizzarli nel caso in cui se ne avesse veramente bisogno! È anche importante ricordare che questi farmaci causano spesso degli effetti collaterali. Se vengono assunti laddove non ce n'era il bisogno il paziente si espone a queste controindicazioni senza ragione, rischiando di complicarsi inutilmente la vita.

## Raccomandazioni per un uso responsabile degli antibiotici nella medicina umana

- 1 Gli antibiotici sono farmaci da assumere solo su prescrizione medica. Non affidatevi al fai-da-te: non si tratta di medicinali da usare come i farmaci da automedicazione.
- 2 Gli antibiotici funzionano solo se assunti nelle dosi giuste e nei tempi prescritti. Ciò contribuisce anche a minimizzare il rischio di effetti collaterali e dell'insorgenza di antibiotico-resistenza.
- 3 Non interrompete il trattamento in anticipo: anche se i sintomi sono scomparsi, è possibile che l'infezione non sia completamente guarita. Seguite alla lettera le indicazioni del medico.
- 4 Se avete dimenticato di prendere una dose di antibiotico, assumete subito la successiva ma non assumete mai una dose doppia.
- 5 Non cambiate l'antibiotico di vostra iniziativa. Non tutti gli antibiotici sono uguali, possono avere un diverso spettro di attività. Solo il medico, se necessario, può prescrivere un antibiotico diverso.



## PARLANE COL TUO MEDICO

### Le domande da porre PRIMA di assumere antibiotici

- Ho veramente bisogno di antibiotici?
- Quali sono i rischi e gli effetti secondari della cura?
- Ci sono alternative più sicure?
- Come devo prendere gli antibiotici affinché siano efficaci e sicuri?