Joonistame antimikroobset resistentsust

Kolmkümmend lugu, ühtne tervis

Väljaandja
EU-JAMRAI 2 (Euroopa Liidu ühisprojekt „Antimikroobne resistentsus ja tervishoiuga seotud infektsioonid“)
https://eu-jamrai.eu

Rahastus
EU-JAMRAI 2 rahastatakse Euroopa Liidu programmi EU4Health grandilepingu nr 101127787 alusel

Algne idee
Ana M. Navarro Tamayo, Laura Alonso Irujo ja Víctor Aníbal López Fernández

Kujundus ja külgendus
Disset Consultors

Väljaande koordinaator
Gabrielle Ripoll

Trükitud
Solprint Industrias Gráficas (Hispaania)

Tõlge
Luisa Language Solutions

Väljaanne
November 2025

Sundeksemplar
PM 00925-2025

Kõik õigused kaitstud. Ühtegi selle publikatsiooni osa ei tohi väljaandja eelneva kirjaliku loata paljundada, säilitada taasesitamist võimaldavas süsteemis ega levitada mis tahes vormis või vahenditega, olgu elektrooniliselt või mehaaniliselt, sealhulgas fotokoopiatena, salvestisena või muul moel.

100%
Paper from well-managed forests
FSC® C183147

EU-JAMRAI Joint Action Antimicrobial Resistance and Healthcare-Associated Infections

Co-funded by the European Union

Ministerio de Sanidad

agencia española de medicamentos y productos sanitarios

Joonistame antimikroobset resistentsust

Kolmkümmend lugu, ühtne tervis

Proloog

Meie kõigi sees ja ümber eksisteerib nähtamatu, iidne ning elav maailm. See on mikroobide universum, mis aitab meil seedida toitu, kaitseb meie nahka ja hoiab ökosüsteeme tasakaalus. Enamik neist elab meiega üksmeeles, kuid mõned neist võivad põhjustada haigusi. Nagu kõik elusolendid, kohanevad ka nemad ellujäämiseks. Kui mikroobid õpivad vastu panema ravimetele, mis peaksid neid hävitama, seisame silmitsi ühe meie aja tõsisema terviseohuga: antimikroobse resistentsusega (AMR).

Antibiootikumid ja muud antimikroobsed ravimid kuuluvad inimkonna kõige väljapaistvamate avastuste alla. Need muutsid ajaloo kulgu: surmavad nakkused osutusid ravitavaks, operatsioonid ohutumaks ning meie ja meie loomad saame kauem elada. Kuid mida rohkem ja hooletumalt me neid kasutame, seda kiiremini kaotavad nad oma võime tervendada. See nähtamatu muutus toimub igal pool: haiglates ja kodudes, farmides, jõgedes ja isegi mullas meie jalge all.

See siin ei ole siiski hirmulugu. See räägib teadlikkusest, hoolimisest ja omavahelistest sidemetest. Antimikroobne resistentsus meenutab meile, et inimeste, loomade ja keskkonna tervis on omavahel tihedalt põimitud. Iga tegu – kätepesu, lemmikloomade vaktsineerimine, antibiootikumide kasutamine ainult vajaduse korral ja nende õige käitlemine – aitab seda tasakaalus hoida.

See illustreeritud raamat kutsub meid vaatama lähemalt: märkama tasakaalus mikroobimaailma ilu ja mõistma, kui suur osa on meil selle hoidmisel. Iga pilt ja sõnum jutustab osa ühisest loost, mis puudutab meid kõiki. Sest hoides oma antibiootikume, hoiame me elu ennast.

Ashwin Chacko *Iirimaa* 01	**Eiko Ojala** *Eesti* 02	**Kotryna Michaliovaite** *Leedu* 03	**Ale Giorgini** *Itaalia* 04	**Mészely Ilka** *Ungari* 05
Laura Janssens *Belgia* 06	**Theodor Hristov** *Bulgaaria* 07	**Lisa Junius** *Luksemburg* 08	**Melpomeni Chatzipanagiotou** *Kreeka* 09	**Anastasia Suvorova** *Küpros* 10
Gosia Herba *Poola* 11	**Zuzu Galova** *Slovakkia* 12	**Bodil Jane** *Holland* 13	**Matti Pikkujämsä** *Soome* 14	**Anja Sušanj** *Horvaatia* 15
Hugo van der Ding *Portugal* 16	**Jan Šrámek** *Tšehhi* 17	**Max Guther** *Saksamaa* 18	**Gatis Šļūka** *Läti* 19	**Hanne Sigbjørnsen** *Norra* 20
Alja Horvat *Sloveenia* 21	**Hugleikur Dagsson** *Island* 22	**72 kilos** *Hispaania* 23	**Cécile Dormeau** *Prantsusmaa* 24	**Sergiy Maidukov** *Ukraina* 25
Ana Popescu *Austria* 26	**Alfie Gatt** *Malta* 27	**Anders Morgenthaler** *Taani* 28	**Sara Andreasson** *Rootsi* 29	**Loreta Isac** *Rumeenia* 30

Teave EU-JAMRAI kohta

EU-JAMRAI 2 on ühine eesmärk kaitsta ravimeid, mis kaitsvaid meid. See ühendab teadlasi, arste, loomaarste, põllumehi, keskkonnaspetsialiste, poliitikakujundajaid ja kodanikke üle kogu Euroopa ühise eesmärgi alla: aeglustada antimikroobse resistentsuse teket ja kaitsta tervist tulevaste põlvkondade jaoks.

See algatus on osa Euroopa Liidu laiemast eesmärgist muuta Euroopa eeskujulikuks piirkonnaks, mis suudab sellele üleilmsele probleemile edukalt vastu astuda. See on koht, kus koostöö, teadmised ja vastutustundlik käitumine saavad kokku, et hoida meie kõigi tervist nii praegu kui ka tulevikus.

Esimese EU-JAMRAI edu pinnalt sündinud teine etapp süvendab koostööd, kasutades ühtse tervise (One Health) põhimõtet. See tunnistab, et inimeste, loomade ja ümbritseva keskkonna heaolu on omavahel lahutamatult seotud. See eesmärk ulatub teaduskeskustest ja poliitikast kaugemale; eesmärk on luua sildu teaduse ja ühiskonna ning igapäevaste harjumuste ja üleilmsete muutuste vahel.

EU-JAMRAI 2 kaudu muudab Euroopa teaduse koostööks ja koostöö hoolimiseks. See tuletab meile meelde, et meie endi, loomade ja kogu planeedi tervis on omavahel põimunud ning elu hoidvat habrast tasakaalu saame säilitada vaid ühiselt tegutsedes.

01 Mikroobide maailm on mitmekesine

Enamik mikroobe ei ole meile kahjulikud. Paljud neist on meie organismile ja keskkonnale lausa hädavajalikud. Nad aitavad meil toitu seedida, kaitsevad meie nahka ja hoiavad ökosüsteeme tasakaalus. Kuid osa mikroobidest võivad muutuda ohtlikeks haigustekitajateks, mis põhjustavad tõsiseid nakkusi.

„Mikroobide mitmekesine ökosüsteem, mis elab nii meis kui ka meie ümber, jääb palja silmaga nähtamatuks. Enamikul neist on kanda tähtis osa meie kaitsmisel ja maailma tasakaalus hoidmisel, kuid mõned võivad muutuda ohtlikeks nakkusi põhjustavateks haigustekitajateks. See teos tuletab meelde, et ka meie inimestena oleme erinevad ning igalühel meist on oma osa tasakaalu ja harmoonia hoidmisel.“

Ashwin Chacko
Iirimaa

“Ní féidir leis an tsúil nocht an éiceachóras éagsúil miocrób a chónaíonn timpeall orainn agus ionainn. Tá róil thábhachtacha ag formhór acu maidir linn féin a chosaint agus an domhan a choinneáil i gcothromaíocht, ach is féidir cuid acu a iompú ina miocróib chontúirteacha a d’fhéadfadh ionfhabhtú a chur faoi deara. Is spreagadh é an píosa seo ar an gcaoi a bhfuilimid uile ina ndaoine éagsúla agus go bhfuil ról le himirt againn uile chun cothromaíocht agus comhchuibheas a thabhairt.”



Mikroobide maailm on mitmekesine
Ashwin Chacko

02 Mis on antimikroobsed ravimid ja milleks neid kasutatakse?

Antimikroobsed ravimid on elupäästvad ravimid, mis muutsid põhjalikult meie ühiskonda. Varem surmaga lõppenud haigustest said tavalised haigused, mida on lihtne ravida. Nende ainete hulgas on antibiootikumid kõige laialdasemalt kasutatavad ravimid bakteriaalsete nakkuste raviks. Need toimivad baktereid hävitades või nende kasvu pidurdades, aidates kaitsta nii inimeste kui ka loomade tervist.

„Minu eesmärk on juhtida tähelepanu asjadele, mida me kipume igapäevaelus tihti enesestmõistetavaks pidama. Nii nagu elekter meie kodudes, olid ka antimikroobsed ravimid alles veidi enam kui sada aasta tagasi mõeldamatud. Haigused, mis kunagi tundusid surmavad ja vältimatud, on nüüdseks suures osas ravitavad. Seetõttu kutsun vaatajat hetkeks peatuma, sukelduma sellesse värvikasse ja mitmekesisesse maailma ning mõtlema nähtamatutele abimeestele, kes teevad selle kõik võimalikuks.“

Eiko Ojala
Eesti

“Minu eesmärk on juhtida tähelepanu asjadele, mida me igapäevaelus tihti enesestmõistetavaks peame. Nagu elektrienergia meie kodudes, olid antimikroobsed ained veel veidi üle saja aasta tagasi mõeldamatud. Haigused, mis kunagi tundusid surmavad ja vältimatud, on tänapäeval suures osas ravitavad. Seetõttu kutsun vaatajat hetkeks peatuma, sukelduma sellesse värvikasse ja mitmekesisesse maailma ning mõtlema nähtamatutele abimeestele, kes selle kõik võimalikuks teevad.”



Mis on antimikroobsed ravimid ja milleks neid kasutatakse?
Eiko Ojala

03 Mis on antimikroobne resistentsus ehk AMR?

Antimikroobne resistentsus ehk AMR tekib siis, kui bakterid või teised mikroobid ei reageeri enam ravimitele, mis on loodud neid hävitama. Neid nimetatakse „superbakteriteks“ ja nende põhjustatud nakkusi on märksa keerulisem ravida, mõnikord on need isegi ravimatud.

„Kujutlege mikroobi, mis on nii vastupidav, et suudab ravimite toimele vastu seista. See ongi antimikroobne resistentsus (AMR). Mõned mikroobid, mida sageli nimetatakse „superbakteriteks“, ei allu enam tavaravile. See muudab isegi lihtsad nakkused tõsiseks ohuks nii tervisele kui ka tervishoiusüsteemile tervikuna. Mis kõige tähtsam – nad on juba meie seas. Seetõttu peame olema tähelepanelikumad, teadlikumad ja valmis selle probleemi leviku pidurdamiseks ühiselt tegutsema.“

Kotryna Michaliovaite
Leedu

“Įsivaizduokite tokį stiprų virusą, kad jis gali nugalėti vaistus. Tai yra antimikrobinis atsparumas (AMR). Kai kurie mikroorganizmai, dažnai vadinami „supervirusais“, nustoja reaguoti į gydymą ir net paprastos infekcijos tampa rimta problema sveikatai ir sveikatos priežiūrai. Ir čia yra problema: jie jau yra tarp mūsų. Visi turime būti smalsūs, informuoti ir padėti sustabdyti šios problemos plitimą.”



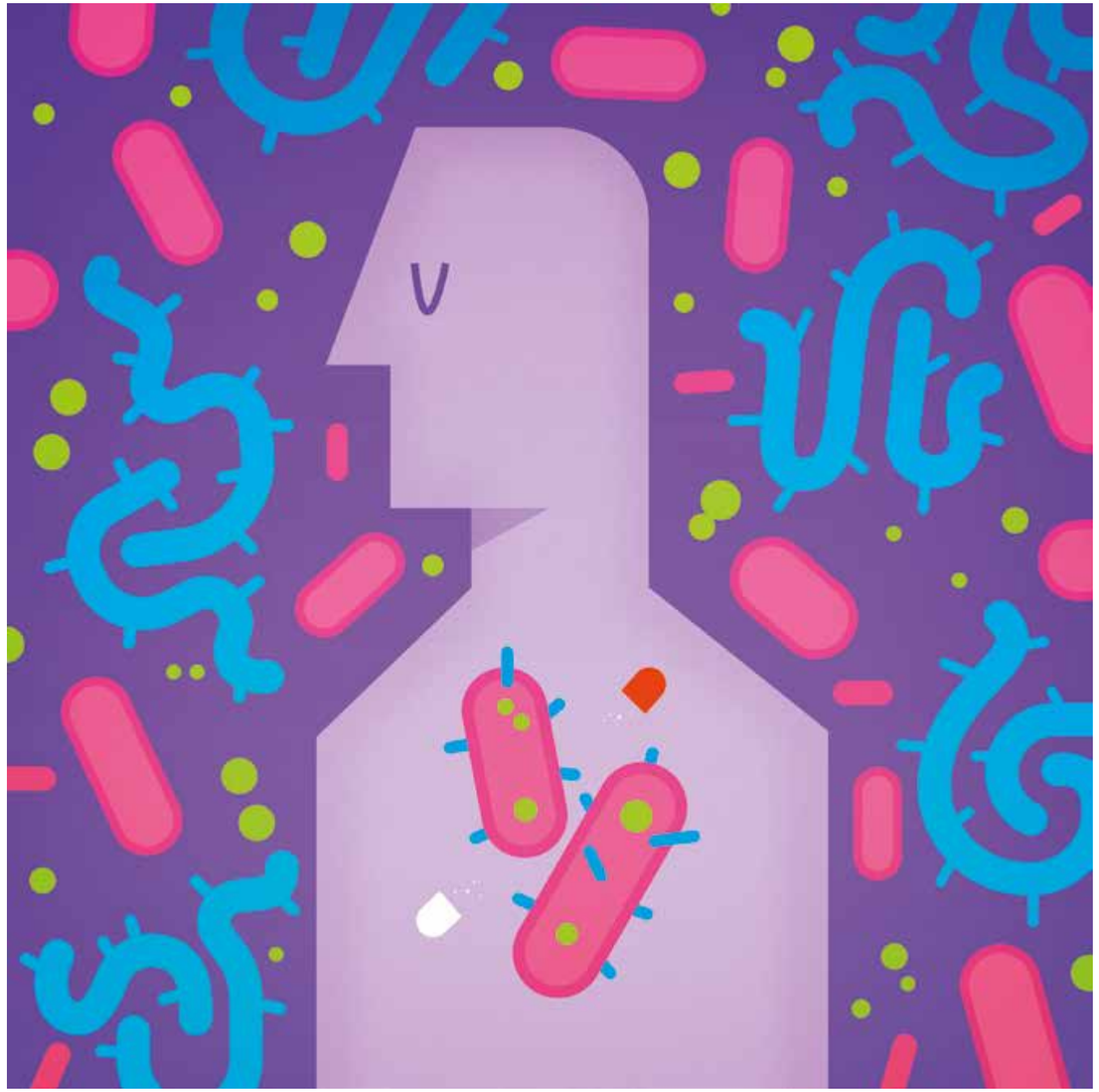
04 Kuidas AMR tekib?

Bakterid ja muud mikroobid on hämmastavad organismid, kellel on erakordne võime ellujäämiseks kohaneda ja areneda. Mutatsioonide või DNA vahetuse kaudu võivad nad omandada ja arendada omadusi, mis muudavad nad resistentseks just nende hävitamiseks mõeldud antimikroobsete ravimite suhtes. Selliste looduslike protsesside tulemusena võivad tekkida uued superbakterid, mis suudavad levida ja muutuda üha vastupidavamaks.

„See illustratsioon näitab lihtsustatult, kuidas bakterid ja muud mikroobid ellujäämise nimel muunduvad. DNA vahetuse tulemusena võib tekkida uus antibiootikumiresistentne bakter(kujutatud inimsilueti sees), kes jääb ellu vaatamata kokkupuutele antibiootikumiga – pildil sümboliseerib seda avatud kapsel millel puudub bakteri üle mõju.“

Ale Giorgini
Itaalia

“L’illustrazione, nella sua semplicità, visualizza come i batteri e i microbi mutano per la propria sopravvivenza. Gli scambi di DNA portano alla genesi di un nuovo batterio resistente agli antibiotici (all’interno della sagoma umana), l’unico che sopravvive nonostante la capsula aperta, che non ha alcun effetto su di esso.”



Kuidas AMR tekib?
Ale Giorgini

05 Loomulik nähtus, mida inimesed kiirendavad

Antimikroobne resistentsus on loomulik nähtus, kuid inimtegevus kiirendab seda protsessi nähtavalt. Antibiootikume ja muid antimikroobseid ravimeid kasutatakse sageli valesti nii inimestel, loomadel kui ka taimedel. Mida ulatuslikumalt neid kasutatakse, seda rohkem avaneb bakteritel ja teistel mikroobidel võimalusi areneda resistentseteks superbakteriteks. Kas see tähendab, et peaksime antibiootikumide kasutamisest loobuma? Kindlasti mitte – küll aga peame neid kasutama vaid äärmise vajaduse korral ja alati asjatundjate juhiste järgi.

„Kuigi antimikroobne resistentsus on loomulik nähtus, kiirendab inimtegevus selle levikut. Käest libisevad ravimid sümboliseerivad meie suutmatust kontrollida ravimite mõju, mis omakorda soodustab superbakterite teket. Mida rohkem me bakterite ja teiste mikroobidega võitleme, seda vastutustundlikumalt peame kasutama antibiootikume ja teisi antimikroobseid ravimeid.“

Mészely Ilka
Ungari

“Habár az antimikrobiális rezisztencia természetes folyamat, az emberi tevékenységek felgyorsítják azt. A kezek között kicsúszó gyógyszerek szimbolizálják, hogy nem tudjuk teljes mértékben kontrollálni azok hatását, ami szuperbaktériumok megjelenéséhez vezethet. Minél keményebben harcolunk a baktériumok és más mikrobák ellen, annál gondosabban kell ügyelnünk az antibiotikumok és más antimikrobiális szerek megfelelő használatára.”



Loomulik nähtus, mida inimesed kiirendavad
Mészely Ilka

06 Kuidas resistentsus levib?

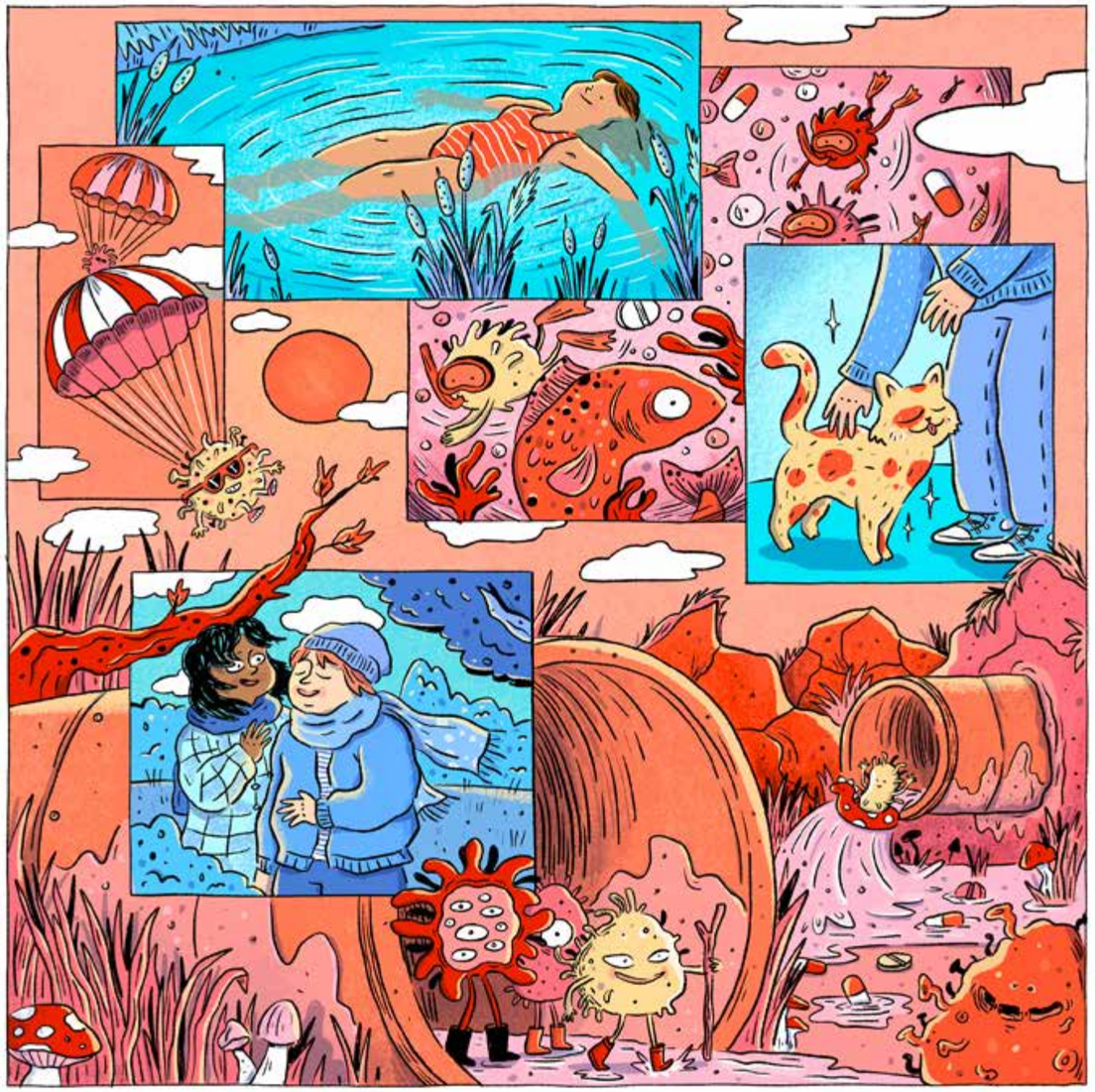
Antimikroobne resistentsus ei tunne piire. Mikroobid kanduvad inimeste, loomade ja taimede vahel ning liiguvad vee, mulla ja õhu kaudu. See pidev ringlus soodustab antimikroobse resistentsuse levikut üle kogu maailma.

„Antimikroobne resistentsus ei tunne riigipiire, ehkki me ei pruugi seda alati teadvustada. Kui aga süveneda piltidesse ja värvidesse, siis võib märgata mikroobe liikumas õhu, vee, jäätmete, loomade kaudu…"

Laura Janssens
Belgia

"La résistance aux antimicrobiens ne connaît pas de frontières. En tant qu'êtres humains, nous n'en sommes pas toujours conscients. Mais si vous regardez attentivement les images et les couleurs, vous verrez des microbes se déplacer dans l'air, l'eau, les déchets, les animaux…"

"Antimicrobiële resistentie kent geen grenzen. Als mensen zijn we ons daar niet altijd van bewust. Maar als je goed naar de foto's en kleuren kijkt, zie je microben die zich door de lucht, het water, afval en dieren verplaatsen…"



Kuidas resistentsus levib?
Laura Janssens

07 Ühine tervis, ühine maailm

Loomade, inimeste ja keskkonna tervis on omavahel tihedalt seotud ja üksteisest sõltuvad. Me jagame sama maad, ressursse ja mikroobe. Rohkem kui 60% inimese haigustekitajatest pärineb kodu- või metsloomadelt, mis tähendab, et loomade ja keskkonna kaitsmine on vahetult seotud ka inimeste tervise hoidmisega. Antimikroobse resistentsuse ohjeldamine nõuab ühist ja terviklikku lähenemisviisi, mis arvestab kõiki neid omavahelisi seoseid.

„Me kipume unustama, et elame ökosüsteemis, kus inimesed loomad ja taimed jagavad ühiseid ressursse. Me oleme osa sellest maailmast samamoodi, nagu see maailm on osa meist.
Meie tervis ja heaolu on lahutamatult seotud looduse ning kõigi elusolenditega meie ümber. See on leebe meeldetuletus väärtustada oma planeeti ja elada sellega kooskõlas, selle asemele et lõputult ressursse kurnata ja seda saastada.“

Theodor Hristov (Lobster Studio)
Bulgaaria

“Хората са склонни да забравят, че живеят в екосистема, в която всяко животно, растение и човек споделят едни и същи ресурси. Ние сме част от този свят, както и той е част от нас.

Нашето здраве и благополучие са дълбоко свързани с природата и всички живи същества около нас. Това е леко напомняне да ценим нашата планета и да живеем в хармония с нея, вместо безкрайно да експлоатираме и замърсяваме нейните ресурси.”



Ühine tervis, ühine maailm
Theodor Hristov (Lobster Studio)

08 AMR ohustab ülemaailmset tervist

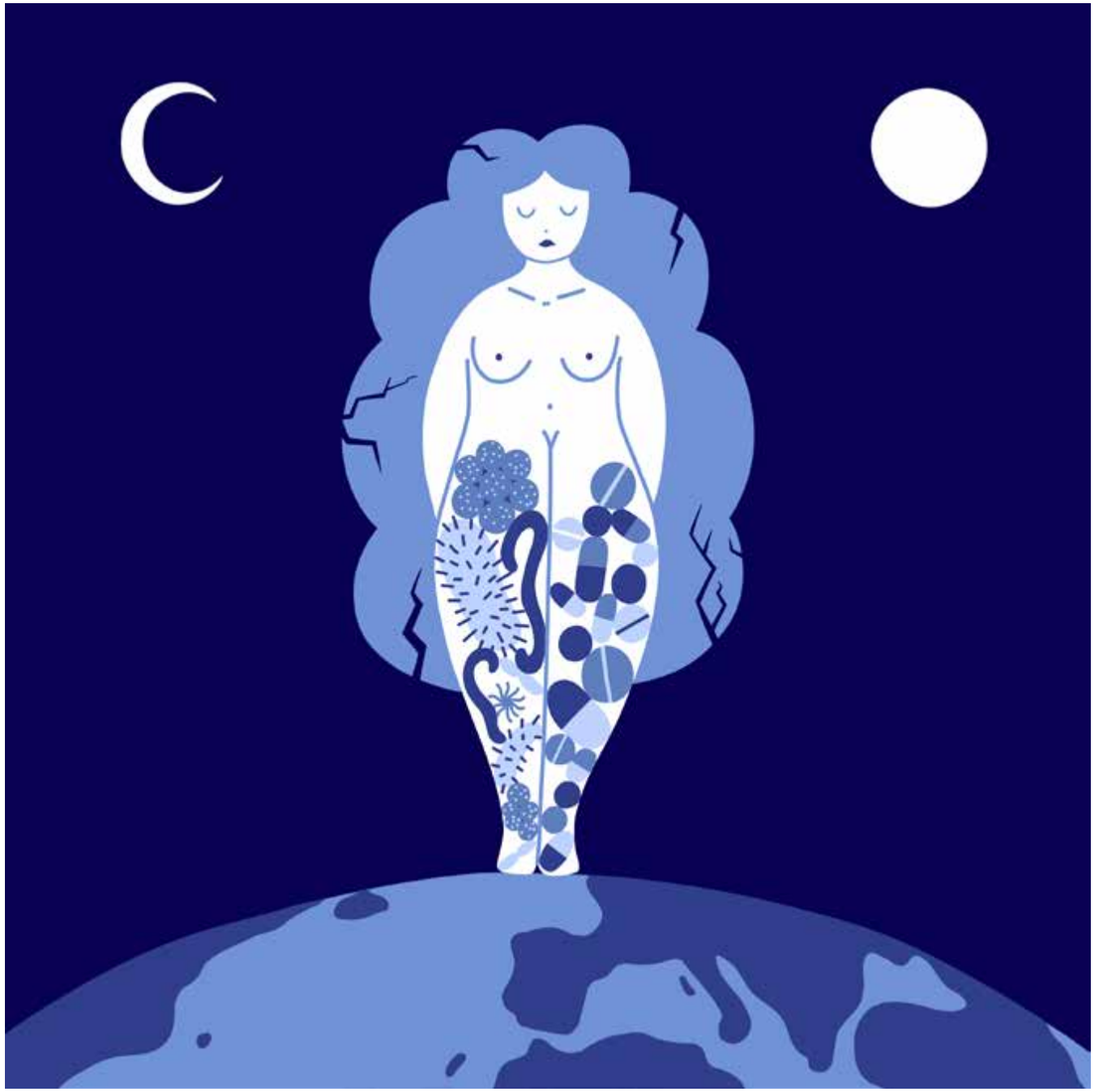
Meil hakkavad otsa saama võimalused ravida inimeste, loomade ja taimede tõsiseid nakkusi. Igal aastal sureb antimikroobse resistentsuse tõttu 1,2 miljonit inimest – seda on ligikaudu sama palju kui HIV/AIDSi ja malaaria ohvreid kokku. Kui me otsustavalt ei sekku, võib AMR 2050. aastaks põhjustada kuni 39 miljoni inimese surma.

„Selle naise keha on justkui globaalse ohu mõõdik, mis puudutab meid kõiki. Tema organismis olevate antimikroobsete ravimite keskel muutuvad bakterid üha vastupidavamaks, muutudes resistentseks ning ohustades nii tema kui ka meie kõigi tervist.“

Lisa Junius
Luksemburg

“Le corps de cette femme fonctionne comme une balance ou un indicateur de la menace mondiale qui nous touche tous. Parallèlement à la quantité importante d'antimicrobiens qu'elle contient, les bactéries deviennent plus fortes, résistantes et nuisent à sa santé, à notre santé.”

“Dëse Fraekierper funktionéiert wéi e Moossstaf fir déi global Bedrohung, déi eis all betrëfft. Trotz de ville Medikamenter, déi si an sech dréit, ginn d’Bakterie méi staark, méi resistent, a schueden hirer Gesondheet — esou wéi och eiser.”



AMR ohustab ülemaailmset tervist
Lisa Junius

09 AMR ohustab tõsiselt nüüdisaegse meditsiini arengut

Kujutlege maailma ilma siirdamiste ja operatsioonideta... Ilma toimivate antibiootikumideta muutuvad sellised elupäästvad protseduurid nagu elundisiirdamised, keemiaravi ja operatsioonid äärmiselt riskantseks.

„Kujutlege maailma ilma moodsa meditsiinita... see oleks tröötstitu maailm.

Sellel illustratsioonil on kujutatud elujõu sümbolid: õitsvad lilled ja liblikad viitavad uuele algusele ja taassünnile. Samal ajal peegeldavad elu haprust, purunenud lootusi ja hääbumist purunenud meditsiinitarvikud ning liivakell. Need sümbolid rõhutavad meie otsuste ja valikute kaalukust – iga viivitus raiskab aega ja maksab elusid.

Kahe vastandliku ruumi kaudu tuuakse esile valguse ja varju ning lootuse ja hirmu kontrast. AMR ei ole siin ainult tavaline bioloogiline nähtus, vaid tõsine oht meditsiini arengule, elupäästvatele ravimeetoditele, tavapärastele protseduuridele ja ülemaailmsele tervisejulgeolekule.“

Melpomeni Chatzipanagiotou
Kreeka

“Φανταστείτε έναν κόσμο χωρίς τη σύγχρονη ιατρική... θα ήταν ένας θλιβερός κόσμος.

Σε όλη την εικονογράφηση υπάρχουν οπτικές αναπαραστάσεις της ζωής, ανθισμένα λουλούδια και πεταλούδες που συμβολίζουν την αναγέννηση. Επίσης, ο θάνατος, η ευθραυστότητα της ζωής, οι χαμένες ελπίδες, τα κατεστραμμένα ιατρικά εργαλεία και μια κλεψύδρα για να τονιστεί η επείγουσα ανάγκη των αποφάσεων και των επιλογών που κοστίζουν χρόνο και ζωές.

Ευαισθητοποίηση του κοινού μέσω της παρουσίασης δύο μεταβαλλόμενων δωματίων, της στάθμισης των πλεονεκτημάτων και των μειονεκτημάτων, του φωτός και του σκότους, της ελπίδας και του φόβου. Απεικόνιση της μικροβιακής αντοχής όχι μόνο ως ένα κοινό βιολογικό φαινόμενο, αλλά ως έναν απειλητικό κίνδυνο για την ιατρική πρόοδο, τις θεραπείες που σώζουν ζωές, τις συνήθεις διαδικασίες και τις παγκόσμιες συνέπειες για την υγεία.”



AMR ohustab tõsiselt nüüdisaegse meditsiini arengut
Melpomeni Chatzipanagiotou

10 AMR survestab nii tervishoiusüsteemi kui ka majandust

Resistentsed nakkused põhjustavad pikemaajalisi haigusi, vähendavad ravivõimalusi ja pikendavad haiglaravi. Ainuüksi Euroopas ulatuvad resistentsete mikroobide tekitatud nakkuste kulud ligikaudu 12 miljardi euroni aastas. See summa hõlmab nii lisanduvaid ravikulusid kui ka töövõime vähenemisest tulenevat majanduslikku kahju.

„Ravimiresistentsuse raskus. Ravimite ja ravivõimaluste laine veereb edasi, surudes vastu haiglate hapraid seinu. Iga ravikuur, iga tervendamispüüe, iga võitlus resistentsuse vastu tuleb millegi arvelt.

Iga paranemise taga on aeg, ressursid ja nende inimeste vaikne töö, kes aitavad elu hoida. Ravimiresistentsuse süvenedes pikeneb paranemisaeg ning tasakaal tervenemise ja kulude vahel muutub tervishoiusüsteemile üha raskemaks koormaks. See habras valgus puudutab meid kõiki – haiglas, kodus, igapäevaelu nähtamatus rütmis. Selle valguse hoidmine tähendab elu hoidmist.“.

Anastasia Suvorova
Küpros

“Το βάρος της αντοχής Ένα κύμα φαρμάκων και μέσων προχωράει, πιέζοντας τα εύθραυστα τείχη των νοσοκομείων. Κάθε θεραπεία, κάθε προσπάθεια θεραπείας, κάθε αγώνας ενάντια στην αντοχή έχει το δικό του κόστος.

Πίσω από κάθε ανάρρωση κρύβονται χρόνος, πόροι και η σιωπηλή δουλειά των ανθρώπων που βοηθούν στη διατήρηση της ζωής. Καθώς η αντοχή αυξάνεται, η ανάρρωση διαρκεί περισσότερο και η ισορροπία μεταξύ θεραπείας και κόστους αρχίζει να τεντώνεται, πιέζοντας τη δομή της περίθαλψης. Το εύθραυστο φως αυτού του βάρους μας άγγιξε όλους, στα νοσοκομεία, στα σπίτια μας, στον αόρατο ρυθμό της καθημερινής ζωής. Το να προστατεύουμε αυτό το φως σημαίνει να προστατεύουμε αυτό που μας κρατά ζωντανούς.”



AMR survestab nii tervishoiusüsteemi kui ka majandust
Anastasia Suvorova

11 AMR ohustab loomade tervist ja heaolu

Resistentsete bakterite ja superbakterite levik nii maismaa- kui ka veekeskkonnas põhjustab loomadele kannatusi ja toob paratamatult kaasa suuri kadusid. See omakorda mõjutab inimeste elatist kogu maailmas – karjakasvatusest sõltub 1,3 miljardit inimest ning kalakasvatusest üle 20 miljoni inimese.

„Inimeste ja põllumajandusloomade vahel on tugev side, mis põhineb vastastikusel sõltuvusel. Selle suhte keskmes peab olema hoolivus – oskus märgata ja mõista loomade vajadusi.

See illustratsioon kujutab inimesi ja loomi ühel tasandil, vaatamas üksteisele silma ning mõistmas, et nende saatused on lahutamatult põimunud.“

“Między ludźmi a zwierzętami hodowlanymi istnieje głęboka więź oparta na wzajemnej zależności. Istotą tej relacji powinna być nasza uważność, umiejętność dostrzegania i rozumienia potrzeb zwierząt.

Ilustracja przedstawia człowieka stojącego na równi ze zwierzętami, odwzajemniającego ich spojrzenie, świadomego, że jego własna egzystencja jest nierozerwalnie związana z ich egzystencją.”

Gosia Herba
Poola



AMR ohustab loomade tervist ja heaolu
Gosia Herba

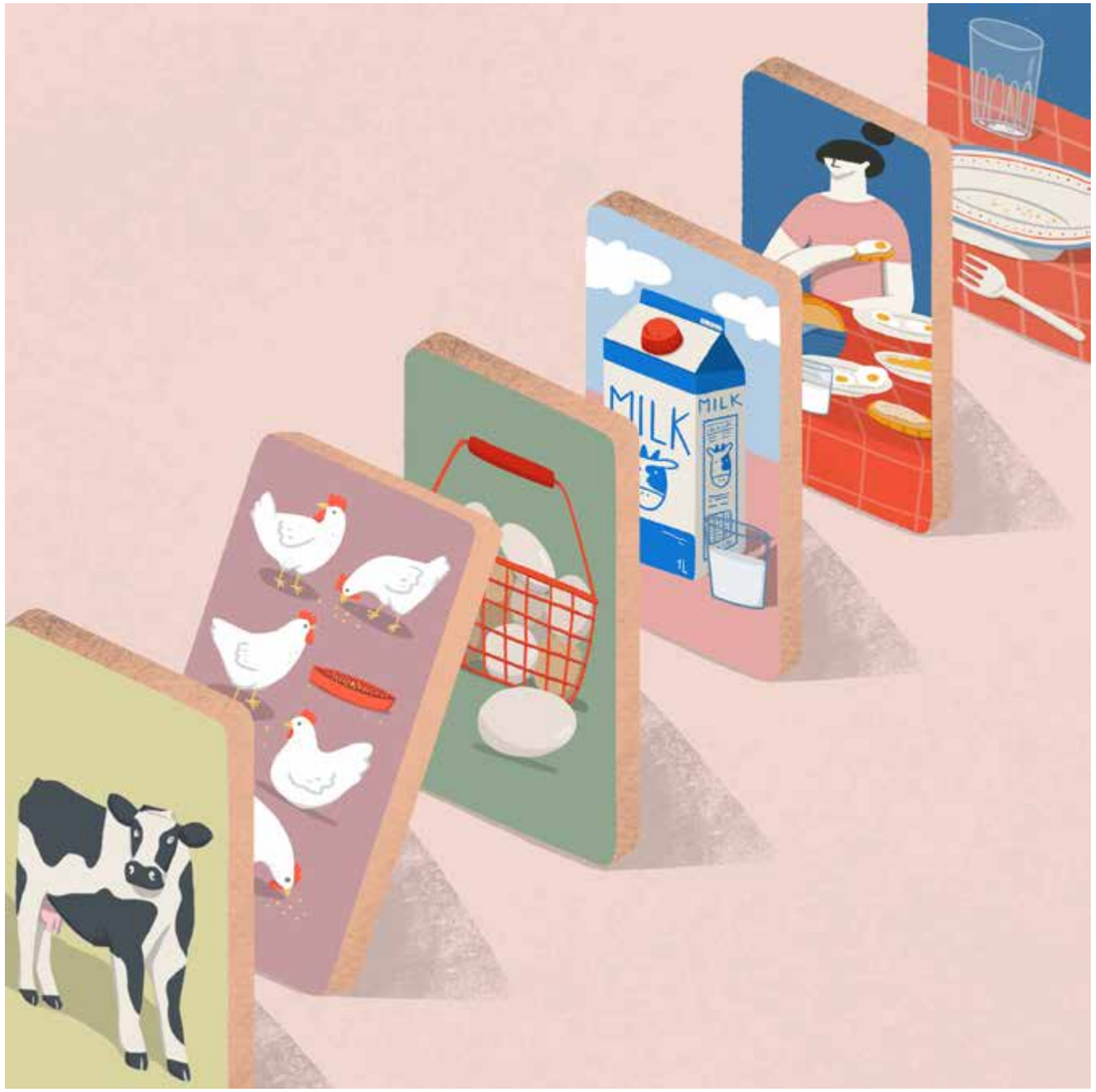
12 AMR seab ohtu toidujulgeoleku

Toidutootmises levivad resistentsed nakkused toovad kaasa kulukama ravi, väiksema tootlikkuse ja rängad tagajärjed toidujulgeolekule. Kui me ei tegutse kohe, põhjustab AMR 2050. aastaks tootmiskahjusid mahus, mis vastab enam kui 2 miljardi inimese aastasele toiduvajadusele. See on ligikaudu viiendik kogu maailma prognoositavast rahvastikust.

„Doominoklotside metafoor näitab, kuidas antimikroobne resistentsus võib kogu toiduahela tasakaalust välja viia. Kui resistentsus kanda kinnitab, kanduvad selle mõjud toidutootmisest otse meie taldrikule. Langev doominoklots sümboliseerib ohtu, kuidas kontrollimatu AMR võib põhjustada üleilmse toidupuuduse ja ohustada miljardite inimeste heaolu. See ahelreaktsioon paljastab meie toidusüsteemi hapruse – kui kukub üks klots, järgnevad sellele paratamatult ka teised.“

“Metafora domina ukazuje, ako môže antimikrobiálna rezistencia narušiť rovnováhu v celom potravinovom reťazci. Keď sa rezistencia objaví, jej dôsledky sa šíria ďalej. Od produkcie potravín až po jedlo na našich stoloch. Padajúci dielik ukazuje, že ak sa AMR nebude riešiť, môžu v globálnom zásobovaní potravinami vzniknúť vážne medzery a ohroziť potravinovú bezpečnosť a zdravie miliárd ľudí. Tento domino efekt ukazuje, aký krehký je celý systém. Stačí, aby padol jeden dielik, a ostatné začnú padať tiež.”

Zuzu Galova
Slovakkia



AMR seab ohtu toidujulgeoleku
Zuzu Galova

13 AMR mõjutab ka meie lemmikloomi

Resistentsed bakterid ja muud superbakterid võivad nakatada meie koeri, kasse ja teisi lemmikloomi, seades nende tervis tõsisesse ohtu. See võib tähendada vajadust tugevamate või pikaajalisemate ravikuuride järele, mis on sageli kulukad ja loomale kurnavad. Kuivõrd resistentsed mikroobid levivad ka loomade ja inimeste vahel mõlemas suunas, on see meeldetuletus, et meie tervised on omavahel lahutamatult seotud.

„Me armastame oma lemmikloomi nagu pereliikmeid! Mida lähedasemalt me koos elame, seda rohkem peame pöörama tähelepanu hügieenile. See illustratsioon kujutab meie sügavat seotust loomadega – nii füüsilisel kui ka emotsionaalsel tasandil. Just see lähedus võimaldab resistentsetel mikroobidel kergesti inimeste ja loomade vahel liikuda.“

“We houden van onze huisdieren, ze zijn als familie voor ons! Hoe intensiever we samenleven met onze huisdieren, hoe meer aandacht we moeten besteden aan hygiëne. Deze illustratie laat op verschillende manieren zien hoe we emotioneel en fysiek verbonden zijn met onze huisdieren. Hierdoor kunnen resistente microben gemakkelijk tussen ons heen en weer bewegen.”

Bodil Jane
Holland



AMR mõjutab ka meie lemmikloomi
Bodil Jane

14 AMR-i levik looduses

Antimikroobsete ravimite jäägid, resistentsed mikroobid ja resistentsusgeenid satuvad loodusesse inimtegevuse tulemusel – näiteks haiglate reovee, põllumajandusliku äravoolu, tööstusreostuse või aegunud ravimite sobimatu käitlemise kaudu. Ravimijääkide õige kõrvaldamine on hädavajalik, et tõkestada nende ringiga tagasijõudmist inimeste ja loomadeni toidu, vee või mulla kaudu, mis suurendab ohtlike nakkuste leviku riski.

„Minu käsitsi akrüülvärvidega maalitud illustratsioon rõhutab looduse süütust ja puhtust ning samas ka selle haavatavust antimikroobse resistentsuse ees. See toob esile, kuidas inimtegevus ja ravimijääkide sobimatu käitlemine võivad suunata resistentsed mikroobid märkamatult keskkonda.“

“Käsin akryyliväreillä maalaamani kuvitus kuvaa luonnon viattomuutta ja puhtautta sekä sen haavoittuvuutta mikrobilääkeresistenssille. Se kertoo, miten ihmisen toiminta ja lääkejätteiden väärä hävittäminen voivat hiljalleen levittää resistenttejä mikrobeja ympäristöömme.”

Matti Pikkujämsä
Soome



AMR-i levik looduses
Matti Pikkujämsä

15 AMR jõuab ka kõige metsikumatesse paikadesse

Resistentseid baktereid on leitud lindudelt, kaladelt ja metsloomadelt isegi kõige kaugemates looduspiirkondades. See kinnitab, et superbakterid suudavad liikuda läbi eri ökosüsteemide, mis võivad toimida resistentsuse reservuaaridena ning kanduda sealt edasi inimeste või koduloomadeni.

„Sageli kipume ette kujutama loodust kui meist eraldi seisvat suletud süsteemi, mis justkui ei puutu kokku meie linnastunud elu ja igapäevase inimtegevusega. Nagu eksisteeriksid need eluringid eraldi ega puutuks kunagi kokku, eriti kui küsimus on tervises.

Illustratsioonil kujutatud klaaskuul sümboliseerib esmapilgul ligipääsmatut maailma, mida me ei saa mõjutada. Kuid seda raputades hakkavad lumehelbed kuuli sees ringi hõljuma, alludes välisele jõule, mis muudab kõike. Mõranenud klaas rõhutab tõsiasja, et need ökosüsteemid ei ole tegelikult pooltki nii isoleeritud, kui nad paistavad.“

“Divljinu često doživljavamo kao zatvoreni sustav koji nije povezan s našim užurbanim životom u gradovima i naseljima, kao da se radi o odvojenim sustavima koji koegzistiraju, ali se nikada ne preklapaju, posebice po pitanju zdravlja.

Prikazana snježna kugla nudi iluziju tog neprobojnog sustava, okruženja kojem na prvi pogled ne možemo pristupiti niti ga promijeniti. Međutim, kada protresemo kuglu, utječemo na lepršanje pahuljica snijega, a taj utjecaj rezultat je vanjske sile koja sve mijenja. Snježna kugla je napuknuta, kako bih naglasila da ti ekosustavi zapravo nisu toliko odvojeni koliko se čini.”

Anja Sušanj
Horvaatia



AMR jõuab ka kõige metsikumatesse paikadesse
Anja Sušanj

16 Antimikroobsed ravimid on väärtuslikud ja neid tuleb käsitseda ettevaatlikult

Antibiootikumid ja muud antimikroobsed ravimid on meie tervise kaitsmisel asendamatud. Ometi kasutatakse neid liiga sageli valesti nii inimestel, loomadel kui ka taimedel, mis loob soodsa pinnase superbakterite arenguks. Kasutades ravimeid ainult siis, kui see on tõesti vajalik, ja järgides alati spetsialisti juhiseid, saame pärssida superbakterite tekkimist ning hoida nii inimeste, loomade, taimede kui ka keskkonna tervist.

„Sellel illustratsioonil on antibiootikumi kujutatud justkui kunstiteost muuseumis, Mona Lisat Louvre´is. Rahvahulgad kogunevad seda imetlema, vaimustudes selle ajatust ilust, väärtusest ja hoolest, millega seda hoitakse. Nii nagu me kaitseme kunstiväärtusi tulevaste põlvede jaoks, peame hoidma ka neid elupäästvaid ravimeid. Teadlased on nagu suured kunstnikud, kes on nende ravimite loojad ja meie ülesanne on nende tööd kaitsta, et nende töö säiliks ka tulevikus.“

Hugo van der Ding
Portugal

“Nesta ilustração, o antibiótico é tratado como uma obra-prima em exposição num museu, tal como a Mona Lisa no Louvre. Multidões reúnem-se para admirá-lo, maravilhadas com a sua beleza intemporal, o seu valor inestimável e os cuidados que requer. Assim como valorizamos as grandes obras de arte para o futuro, também devemos proteger estes medicamentos que salvam vidas. Os cientistas, tal como os grandes artistas, são os criadores destes tesouros, e é nossa responsabilidade proteger o seu trabalho, para que o seu valor perdure para as gerações vindouras.”



Antimikroobsed ravimid on väärtuslikud ja neid tuleb käsitseda ettevaatlikult
Hugo van der Ding

17 Antimikroobseid ravimeid tohib tarvitada ainult meditsiinilisel näidustusel

Antibiootikume ja muid antimikroobseid ravimeid tohib tarvitada ainult siis, kui need on välja kirjutanud arst või kvalifitseeritud tervishoiutöötaja, ning alati juhiste järgi. Ravimite tarvitamine ilma meditsiinilise nõustamiseta võib olla tervisele ohtlik ja soodustada resistentsete mikroobide teket.

„Sain inspiratsiooni Ida-Euroopa modernistlikest mosaiikidest ja seinamaalingutest, mis kaunistavad avalikke hooneid, nagu haiglad ja koolid. Avatud peopesad ja langevad tabletid viitavad antibiootikumide liigtarvitamisele. Kaks tegelast – retsepti kirjutav arst ja patsient – on kujutatud koos AMR-i sümboliga meenutamaks, et antimikroobikume tohib tarvitada ainult arsti ettekirjutusel.“

“Inspirovaly mě modernistické nástěnné malby a mozaiky z východní Evropy, které zdobí veřejné budovy, jako jsou nemocnice, školy a podobné instituce. Otevřené ruce a padající pilulky odkazují na nadužívání antibiotik. Dvě postavy představují lékaře, který píše recept, a pacienta, doprovázené symbolem AMR, aby připomínaly, že antimikrobiální látky by měly být používány pouze na doporučení lékaře.”

Jan Šrámek
Tšehhi



Antimikroobseid ravimeid tohib tarvitada ainult meditsiinilisel näidustusel
Jan Šrámek

18 Ravi enneaegne lõpetamine annab haigustekitajatele uue võimaluse

Kui me jätame mõne annuse vahele või lõpetame ravikuuri liiga vara, sest tunneme end juba paremini, võivad kõige vastupidavamad mikroobid ellu jääda. Need võivad põhjustada haiguse ägenemist, levida teistele ja suurendada riski nakatuda raskesti ravitavate superbakteritega.

„Ravimeid tuleb tarvitada täpselt nii, nagu arst on määranud – õigel ajal ja kogu ettenähtud perioodi jooksul. Järjepidevus ja juhiste järgimine on kriitilise tähtsusega nii isikliku tervise kui ka ravimite tõhususe tagamiseks.

See illustratsioon kujutab kuueetapilist protsessi tableti võtmisest – see on justkui sammsammuline juhend, mis rõhutab, kui tähtis on raviskeemist kinni pidada.“

Max Guther
Saksamaa

“Medikamente sollten genau wie verschrieben, zur richtigen Zeit und über die gesamte Behandlungsdauer eingenommen werden. Die konsequente Einhaltung der Anweisungen ist entscheidend für den Schutz der persönlichen Gesundheit und die Wirksamkeit von Antibiotika.

Die Illustration vermittelt diese Botschaft, indem sie eine Person zeigt, die eine Tablette in sechs verschiedenen Schritten einnimmt. Die Abfolge erinnert an eine Schritt-für-Schritt-Anleitung und betont die sorgfältige Einhaltung der Einnahmevorschriften.”



Ravi enneaegne lõpetamine annab haigustekitajatele uue võimaluse
Max Guther

19 Antibiootikumid ei mõju viirusnakkustele, näiteks gripile

Antibiootikumid on antimikroobsed ravimid, mis on tõhusad bakterite, mitte viiruste vastu. Need ei ravi nohu, grippi ega enamikku kurguvalusid. Kui me kasutame antibiootikume ilma vajaduseta, ei kiirenda see meie paranemist, vaid annab meie kehas elavatele bakteritele võimaluse kohaneda, muutuda resistentseks ja edaspidi raskesti ravitavaks.

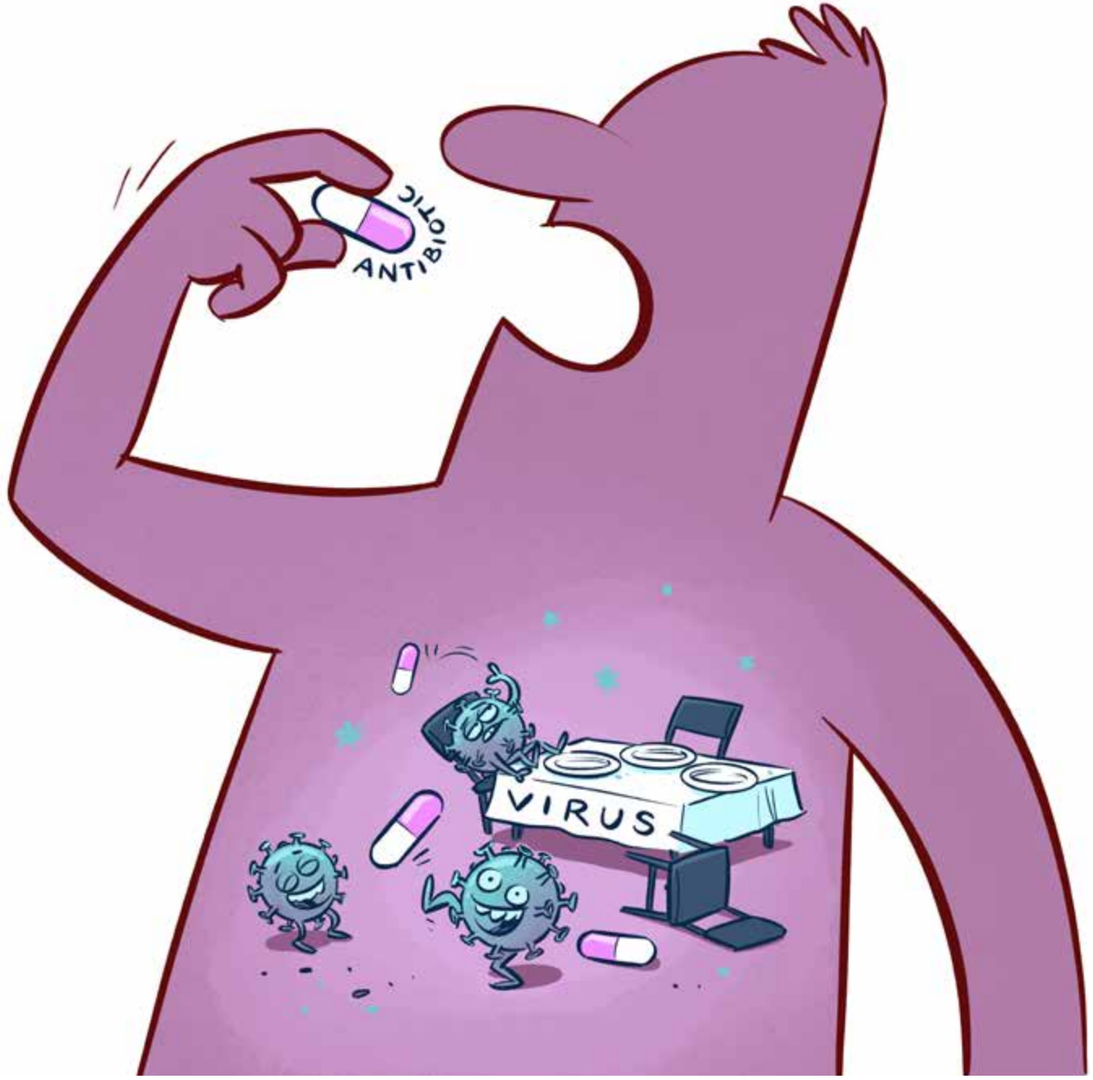
„Tähtis on mõista, et antibiootikumid ei mõju viirustele, vaid ainult bakteritele. Seetõttu tuleb neid kasutada vastutustundlikult ja ainult siis, kui see on vältimatu.

Mul kerkis silme ette restoranistseen: kujutasin ette viirusi istumas laua taga, kus serveeritakse antibiootikume. Kui keegi arvab, et viirusi saab antibiootikumidega „sööta“, et neile kahju teha, siis ta eksib. Viirused ei oska nendega isegi midagi peale hakata – see menüü ei sobi neile.“

Gatis Šļūka
Läti

“Ir svarīgi saprast, ka antibiotikas neietekmē vīrusus, bet tikai baktērijas. Tāpēc tās jālieto atbildīgi un tikai tad, kad tas ir nepieciešams.

Man kaut kā prātā ienāca restorāna aina. Es iedomājos, kā vīrusi sastopas ar antibiotikām pie vakariņu galda. Ja kāds domā, ka vīrusus var „barot” ar antibiotikām, lai tiem kaitētu, tad viņš kļūdās. Vīrusi pat nezina, ko ar tām iesākt.”



Antibiootikumid ei mõju viirusnakkustele, näiteks gripile
Gatis Šļūka

20 Terved põllumajandusloomad ei vaja antimikroobseid ravimeid

Kui keskendume headele põllumajandustavadele – puhtad ja mugavad elutingimused, tasakaalustatud toitumine ning asjakohane vaktsineerimine –, saame vältida vajadust antibiootikumide ja teiste antimikroobsete ravimite järele. Loomade tervise ja heaolu esikohale seadmine aitab säilitada ravimite tõhusust kariloomade tootlikkust ohverdamata.

„Joonistasin lamba, kes elab oma parimat elu, nagu kõik loomad peaksid saama elada. Poliitik, aktivist, põllumees ja „tavaline inimene“ sümboliseerivad seda, et loomade heaolu on meie ühine vastutus. Teadlike tarbimisharjumuste, õigete poliitiliste otsuste ja vastutustundliku põllumajanduse kaudu saame tagada, et meie loomad oleksid terved, õnnelikud, ega vajaks antibiootikume. See on kasulik loomadele ja hea meile, sest nii on tõenäolisem, et antibiootikumid toimivad, kui me neid päriselt vajame.“

“Jeg tegnet en sau som lever sitt beste liv, slik alle dyr burde gjøre. En politiker, en demonstrant, en bonde og en «vanlig person» symboliserer at vi alle kan bidra. Gjennom gode forbrukervaner, politisk handling og gode jordbruksmetoder kan vi samarbeide for å sikre at husdyrene våre er sunne, lykkelige og ikke trenger antibiotika. Det er bra for dyrene. Det er også bra for oss, fordi det betyr at antibiotika har større sjanse for å virke når vi trenger det.”

Hanne Sigbjørnsen Tegnehanne
Norra



Terved põllumajandusloomad ei vaja antimikroobseid ravimeid
Hanne Sigbjørnsen Tegnehanne

21 Korralik hoolitsemine lemmikloomade eest vähendab vajadust ravi järele

Kui kanname oma lemmikute eest pidevat hoolt, tagades neile regulaarse tervisekontrolli, puhta keskkonna, hea hügieeni, tasakaalustatud toitumise ja õigeaegse vaktsineerimine, saame nakkusi ennetada juba enne nende teket. See vähendab vajadust antibiootikumide järele ja hoiab ära ohtlike superbakterite väljakujunemise.

„Pisut armastust ja hoolt tähendab meie lemmikute jaoks palju. Igapäevased harjumused, nagu kammimine, puhas elukeskkond, kvaliteetne toit ning regulaarsed tervisekontrollid ja vaktsineerimine, aitavad hoida meie lemmikloomad terved ja õnnelikud – ilma antibiootikumideta.“

“Že malo ljubezni in pozornosti naredi ogromno za naše ljubljenčke. Z vsakodnevnimi navadami, kot so redno krtačenje, skrb za njihovo čisto okolje, kakovostna prehrana ter redni pregledi in cepljenja, poskrbimo, da ostanejo zdravi, veseli in brez potrebe po antibiotikih.”

Alja Horvat
Sloveenia



Korralik hoolitsemine lemmikloomade eest vähendab vajadust ravi järele
Alja Horvat

22 Veterinaarid aitavad kaitsta kõigi tervist

Veterinaaridel on võtmeroll antibiootikumide ja teiste antimikroobsete ravimite teadlikus kasutamises ning seega rahvatervise kaitsmises. Antimikroobikume tohib loomadele manustada ainult veterinaari ettekirjutusel ja neid peab kasutama rangelt juhiste järgi.

„Mulle tundus naljakas mõelda, et mõiste „bakterid“ on loomadele täiesti hoomamatu. Ja mida rohkem ma selle üle mõtlesin, seda enam taipasin, et see on ka minu jaoks üsna mõistetamatu. Ma tean, et nad on olemas, aga ainult seetõttu, et targemad inimesed on seda mulle öelnud. Nii ma siis paningi end loomade olukorda ja joonistasin selle pildi.“

Hugleikur Dagsson
Island

“Mér fannst það fyndið að hugsa um að hugtakið „bakteríur“ er algjörlega óskiljanlegt og framandi fyrir dýr. Og þegar ég hugsaði meira um það, áttaði ég mig á því að þetta hugtak er eiginlega óskiljanlegt fyrir mig líka. Ég veit að þær eru til —en aðeins vegna þess að fólk, sem er gáfaðra en ég, sagði mér það. Svo ég setti mig í spor dýranna og teiknaði þessa mynd.”



Veterinaarid aitavad kaitsta kõigi tervist
Hugleikur Dagsson

23 Puhtad käed päästavad elusid

Regulaarne kätepesu – enne toidu valmistamist või söömist, pärast tualetis käimist, loomadega kokkupuudet või õues viibimist – on lihtsaim viis ennetada nakkusi juba enne nende teket.
Pole vahet, kus me oleme – kodus, haiglas, farmis, koolis või köögis –, hea kätehügieen on lihtne, kuid tõhus viis inimeste, loomade ja meie ühise tervise hoidmiseks.

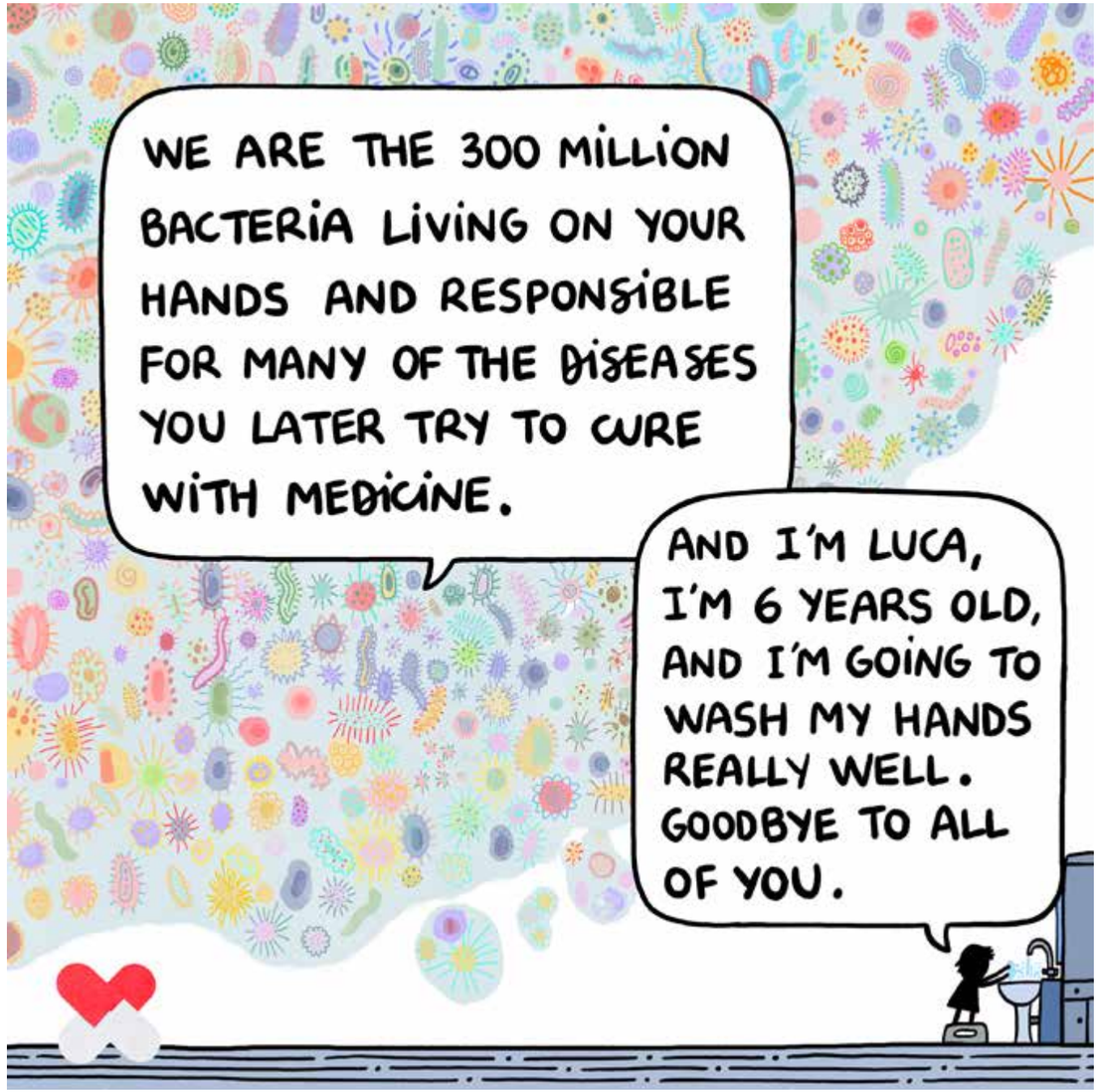
„Meie oleme need 300 miljonit bakterit, kes elavad su kätel ja põhjustame haigusi, mida sa hiljem püüad ravimitega alistada.“
„Ja mina olen Luca, olen 6-aastane ja lähen nüüd korralikult käsi pesema. Head aega teile kõigile!“

„Kätepesu on nii igapäevane asi, et tundub lausa uskumatu, kui suuri probleeme see lahendada suudab. Mulle meeldis mõte, et üks mu lastest peab dialoogi nende 300 miljoni mikroorganismiga, kes meie määrdunud kätel elavad. Ta esindas selles loos kogu Euroopa rahvast ja teeb seda minu meelest suurepäraselt.“

“Somos las 300 millones de bacterias que estamos en tus manos y las responsables de muchas de las enfermedades que luego queréis curar con medicamentos.” “Y yo Luca, tengo 6 años y me voy a lavar bien las manos. Adiós a todas.”

“La importancia de lavarse las manos es algo tan cotidiano que parece mentira que pueda ayudar tanto a eliminar un problema tan grande. Me gustó la idea de incluir a uno de mis hijos hablando con 300 millones de microorganismos que tenemos en las manos sucias. Representa a toda la población europea y creo que lo hace muy bien.”

72 kilos
Hispaania



Puhtad käed päästavad elusid
72 kilos

24 Turvaline toidukäitlemine tähendab vähem nakkusi

Lihtsad harjumused, nagu kätepesu enne toiduvalmistamist ja selle ajal, puhaste tööpindade ja köögiriistade kasutamine ning toore ja valmistoidu lahus hoidmine, on tervise hoidmisel hädavajalik. Nakkusi aitavad ennetada ka liha, linnuliha, munade ja mereandide põhjalik kuumutamine, kergesti riknevate toiduainete jahedas hoidmine ning puu- ja köögiviljade hoolikas pesemine. Nii vähendame vajadust antimikroobsete ravimite järele ja takistame resistentsete mikroobide levikut.

„Lihtsad harjumused toidu valmistamisel aitavad tõkestada superbakterite levikut. Kogusin kõik vajalikud sammud ühele pildile, et tuletada meelde, kui tähtis on puhtus: pesta tuleb nii käsi, köögiriistu, tööpindu kui ka köögivilju. See pisike puhastustiim siin pildil hoolitseb kõige eest, et toetada meie tervist.“

Cécile Dormeau
Prantsusmaa

“De simples habitudes culinaires peuvent aider à éviter les superbactéries. J’ai rassemblé toutes les actions dans une illustration afin de nous rappeler ce que nous devons laver avant de cuisiner : les mains, les ustensiles, les surfaces et les légumes. Une mini-équipe de nettoyage s’occupe de chaque élément, afin de nous aider à être en meilleure santé.”



Turvaline toidukäitlemine tähendab vähem nakkusi
Cécile Dormeau

25 Vaktsiinid ennetavad nakkusi ja vähendavad superbakterite levikut

Mida vähem on haigusi, seda harvem vajame antibiootikume ja teisi antimikroobseid ravimeid. See aga tähendab, et superbakterite arenguks on vähem soodsaid tingimusi. Nii inimeste kui ka loomade tervishoius aitavad vaktsiinid vähendada ravivajadust ja pidurdada haiguste levikut.

„Vaktsiinid on nagu valgus pimeduses. Mida vähem inimesi ja loomi haigestub, seda väiksem on vajadus antibiootikumide ja teiste ravimite järele. See tähendab ühtlasi vähem võimalusi resistentsete mikroobide levikuks ja meie tervise ohustamiseks.“

“Вакцини діють як світло в темряві. Коли менше людей або тварин хворіють, зменшується потреба у використанні антибіотиків та інших ліків. Це означає, що зменшується ймовірність того, що резистентні мікроби зашкодять здоров’ю всіх.”

Sergiy Maidukov
Ukraina



Vaktsiinid ennetavad nakkusi ja vähendavad superbakterite levikut
Sergiy Maidukov

26 Haigena aitab vahemaa hoidmine

Sellised harjumused nagu maski kandmine ja haigena koju jäämine aitavad piirata nakkuste levikut. See tähendab vähem haigusjuhte teie lähedaste ja töökaaslaste seas, harvemat vajadust antimikroobikumide järele ja väiksemat tõenäosust superbakterite arenguks. Need ettevaatusabinõud kehtivad ka loomade kohta, kellega koos elame või töötame, sest resistentsed mikroobid võivad liikuda inimese ja looma vahel mõlemas suunas.

„Mõelge valikutele, mida saate teha siis, kui tunnete end tõbisena: maski kandmine, kodus püsimine ja sage kätepesu aitavad tõkestada nakkuse levikut ning vähendavad vajadust antibiootikumide järele.

Teisest küljest soodustavad kätlemine ja tihe kontakt bakterite levikut, mis suurendab antibiootikumide kasutamist. See omakorda loob soodsa pinnase resistentsete bakterite tekkeks ja levikuks. Erinevus nende kahe valiku vahel on nagu öö ja päev.“

Ana Popescu
Austria

“Denken Sie über die Möglichkeiten nach, die Sie haben, wenn Sie sich krank fühlen: Eine Maske tragen, zu Hause bleiben, Hände waschen ... damit sich die Krankheit nicht ausbreitet und weniger Antibiotika eingesetzt werden müssen.

Andererseits können Händeschütteln und enger Kontakt zur Verbreitung von Bakterien führen und einen höheren Einsatz von Antibiotika erforderlich machen. Infolgedessen besteht ein höheres Risiko, dass resistente Bakterien entstehen und sich ausbreiten. Der Unterschied zwischen den beiden Optionen ist wie Tag und Nacht.”



Haigena aitab vahemaa hoidmine
Ana Popescu

27 Ärge jagage antimikroobikume teistega

Ärge võtke kunagi antimikroobseid ravimeid, mis on välja kirjutatud kellelegi teisele, ilma et oleksite arstiga nõu pidanud, ega andke oma ravimeid lemmikloomale. Iga retsept on kohandatud kindla nakkuse ja vajaduse järgi. Vale ravi võib aeglustada paranemist, põhjustada kõrvaltoimeid ja soodustada resistentsete mikroobide teket, mida on hiljem keerulisem ravida.

„See illustratsioon näitab, et ravi peab alati olema isikupõhine. Kaks portreed sulanduvad üksteisesse, kuid nende taustad on vastandlikud: üks kujutab kuivanud oksi, mis sümboliseerivad valet ravi ja sellega kaasnevaid kahjusid; teine aga õitsvaid lilli, mis tähistavad õiget ravivalikut, rahu ja tervenemist. Kontrast tuletab meelde, et mis sobib ühele, ei pruugi sobida teisele. Ravimid on isiklikud ja neid ei tohi kunagi jagada.“

“Din l-illustrazzjoni tesplora kif it-trattament dejjem ikun imfassal apposta għal kull individwu. Iż-żewġ ritratti jingħaqdu ma’ xulxin, iżda l-ambjent ta’ madwarhom huwa differenti ħafna: wieħed juri friegħi niexfa, li jirrappreżentaw l-użu ħażin u l-ħsara li jista’ jġib miegħu, filwaqt li l-ieħor juri fjuri fil-fjuri, li jissimbolizzaw it-trattament xieraq u l-paċi u l-fejqan li jġib. Il-kuntrast jenfasizza li dak li jaħdem għal persuna waħda jista’ ma jaħdimx għal oħra. Il-mediċina hija kwistjoni personali u qatt m’għandha tinqasam.”

Alfie Gatt
Malta



Ärge jagage antimikroobikume teistega
Alfie Gatt

28 Kõrvaldage ravimijäägid nõuetekohaselt

Valesti kõrvaldatud antimikroobsed ravimid kahjustavad keskkonda ning soodustavad ravimiresistentsuse levikut ja superbakterite teket. Ärge hoidke alles kasutamata või aegunud ravimeid, ärge visake neid prügikasti ega tualetti. Viige ravimijäägid apteeki või järgige nende ohutuks hävitamiseks kohalikke juhiseid.

„Lase need ravimid lihtsalt veega alla, Eva!“ „Ära raiska aega apteeki minekule, Eva – viska need lihtsalt prügikasti!“ „See superbakter on sinu süü, John!“

„See on klassikaline satiiriline joonistus. Selle asemel et lihtsalt hoiatada, tahtsin argise koduse vestluse kaudu näidata, mis juhtub siis, kui te eirate ohutusreegleid. Kogu loo moraal taandub siin vaid ühele lausele.“

Anders Morgenthaler
Taani

“Bare skyld detder antimicrobial ned i toilettet EVA!!” Du behover ikke gá ned til apoteket. Bare smid medicinen I skraldespanden EVA!” Den her SUPERBUG ejer du John!!

“Dette er en klassisk satirisk tegning. I stedet for at advare om, hvad man ikke skal gøre, ønskede jeg at vise, hvad der sker, når man gør det, gennem en almindelig samtale i hjemmet, der er kogt ned til én sætning.”



Kõrvaldage ravimijäägid nõuetekohaselt
Anders Morgenthaler

29 Antimikroobikumide vastutustundlik kasutamine taimede ja põllukultuuride hoolduses on tähtis

Seenevastaseid aineid, umbrohutõrjevahendeid ja muid pestitsiide kasutatakse taimede kaitsmiseks kahjurite eest. Mõnes riigis kasutatakse antimikroobseid aineid ka taimede kasvu soodustamiseks. Uuringud kinnitavad, et selline tegevus soodustab resistentsete mikroobide teket keskkonnas. Selliste ainete kasutamise piiramine, range reguleerimine ja heade põllumajandustavade järgimine aitavad kaitsta keskkonda ning säilitada vajalike toodete tõhusus.

„See pilt toob esile terava kontrasti: ühel pool on hiiglaslikud monokultuursed tööstusfarmid, kus pestitsiidide kasutamine on tavaline, ja teisel pool väikefarmide ilu, kus lubatakse paljudel liikidel koos eksisteerida.“

“Denna bild visar kontrasten mellan å ena sidan monokulturen i storskaligt industriellt jordbruk där bekämpningsmedel används i stor utsträckning, och å andra sidan skönheten i småskaligt jordbruk där en mångfald av arter får samexistera.”

Sara Andreasson
Rootsi



Antimikroobikumide vastutustundlik kasutamine taimede ja põllukultuuride hoolduses on tähtis
Sara Andreasson

30 Usk teadusesse on AMR-i leviku pidurdamisel võtmetähtsusega

Kui me usaldame teaduspõhiseid tõendeid ja tegutseme nende põhjal, aitame luua teadlikumat ja vastutustundlikumat ühiskonda. Teaduse, innovatsiooni ning inimeste, loomade ja keskkonna tervisega seotud jõupingutuste toetamine on antimikroobse resistentsuse leviku vähendamiseks hädavajalik.

„Minu illustratsioon kõneleb terviklikust ökosüsteemist, mida peame kaitsma – alates linnakeskkonnast kuni maapiirkondadeni. See räägib loodushoiu ja elurikkuse taastamise vajadusest, vastutustundlikust kalapüügist ja veterinaaride asendamatust rollist... ning teadusuuringutest ja avastustest, mis meid kõiki kaitsevad.“

“Ilustrația mea vorbește despre întregul ecosistem de care trebuie să avem grijă, de la viața urbană la cea rurală, despre necesitatea de a proteja și regenera natura, pescuitul responsabil, importanța medicului veterinar... și cercetarea științifică și descoperirile care sunt făcute pentru a ne proteja pe toți.”

Loreta Isac
Rumeenia



Usk teadusesse on AMR-i leviku pidurdamisel võtmetähtsusega
Loreta Isac

Hoidke antibiootikume, jagage teadmisi ja innustage ka teisi tegutsema!

Antibiootikumid ja teised antimikroobsed ravimid kuuluvad inimkonna suurimate saavutuste hulka. Need väärtuslikud ravimid on aidanud nii inimestel kui ka loomadel elada kauem ja tervemalt. Kuid nende tõhusus väheneb. Mida rohkem inimesed mõistavad selle põhjusi, seda rohkem saame teha nende väe säilitamiseks ka tulevikus. Kui me jagame oma teadmisi ja toetame ravimite vastutustundlikku kasutamist, aitame tagada, et need elupäästvad vahendid mõjuksid ka edaspidi – nii meie endi, tulevaste põlvede ning kogu planeedi heaks. Liituge üleilmse AMR-i sümboli saadikute kogukonnaga! HOIAME ANTIBIOOTIKUME!



Üleilmne AMR-i sümbol, autor David Ljungberg



Mõistete selgitused

AMR (antimikroobne resistentsus)
See tähendab mikroobide, nagu bakterite, viiruste, seente või parasiitide võimet jääda ellu ja paljuneda isegi siis, kui nad puutuvad kokku ravimitega, mis on loodud nende hävitamiseks või nende kasvu peatamiseks.

Antibiootikumid
Need on ravimid, mis pidurdavad bakterite kasvu või hävitavad need täielikult. Neid kasutatakse selliste infektsioonide raviks nagu kopsupõletik, kuseteede infektsioonid või muud bakterite põhjustatud infektsioonid. Need ei toimi viiruste vastu.

Antimikroobne aine
Üldmõiste mis tahes aine kohta, mis takistab mikroobide kasvu või hävitab need. See hõlmab nii baktereid, viirusi, seeni kui ka parasiite. Antibiootikumid, viirusevastased ravimid, seenevastased ravimid ja parasiidivastased ravimid on kõik mikroobivastased ravimid.

DNA vahetus
See on protsess, mille käigus mikroobid jagavad omavahel geneetilist materjali, levitades sageli omadusi, nagu resistentsus antibiootikumide suhtes.

Fungitsiidid
Keemilised või bioloogilised ained, mis takistavad seente kasvu või hävitavad neid. Neid kasutatakse sageli põllumajanduses põllukultuuride kaitsmiseks seenhaiguste eest.

Mikroobid
Mikroskoopilised elusorganismid, sealhulgas bakterid, viirused, seened ja parasiidid. Neid leidub kõikjal: meie nahal, meie kehas ja igal pool keskkonnas.

Patogeenid
Mikroobid, mis põhjustavad haigusi inimestel, loomadel või taimedel. Need on näiteks teatud bakterid, viirused, seened ja parasiidid.

Resistentsed bakterid
Bakterid, mis suudavad ellu jääda või paljuneda ka kokkupuutel antibiootikumidega, mis tavaliselt neid hävitaksid.

Resistentsed infektsioonid
Mikroobide põhjustatud infektsioonid, mis ei allu enam tavaravile. Seetõttu on neid keeruline ravida ja suureneb tüsistuste või surma risk.

Resistentsed mikroobid
Mikroobid, nagu bakterid, viirused või seened, mis on kohanenud ja suudavad vastu panna ravimitele, mis on mõeldud nende hävitamiseks.

Resistentsusgeenid
Geenid, mis annavad mikroobidele võime seista vastu antimikroobsete ravimite toimele. Need geenid saavad DNA vahetuse kaudu ühelt mikroobilt teisele edasi kanduda.

Superbakter
Nii kutsutakse mikroobe, mis on resistentsed mitme eri antimikroobse aine suhtes. Seetõttu on nendest põhjustatud haigusi olemasolevate ravimitega eriti raske ravida.

Tootlikkus
Mõõdik, mis näitab, kui tõhusalt kasvatatakse saaki või karja ning toodetakse kaupu. Tervishoius ja põllumajanduses võib see viidata süsteemide toimimisele ja toodangule, mida mõjutavad nakkused või antimikroobne resistentsus.

Ühtne tervis (One Health)
Lähenemisviis, mis tõdeb, et inimeste, loomade ja meid ümbritseva keskkonna tervis on omavahel seotud. See kutsub üles eri valdkondade koostööle, et saavutada paremaid rahvatervise tulemusi.