7. При обычной простуде не просите у врача антибиотики

Выгодность исходной версии: высокая | Доказательность A · исходная версия | для жизни | бесплатно | мимоходом | без силы воли | Частично Китай | Российские данные: частично

> Китайские условия и российские данные разделены по полям. Российская сверка частичная; непроверенные поля отмечены отдельно. Оценки и фильтры относятся к исходной версии.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

> **Китай — исходная версия.** С антибиотиками простуда проходит не быстрее, чем без них. У взрослых, которые их принимают, риск побочных эффектов более чем вдвое выше, чем у тех, кто их не принимает. Если гнойные выделения из носа длятся менее 10 дней, у антибиотиков тоже нет доказанной пользы.

> **Россия.** В России при неосложненной вирусной инфекции антибактериальная терапия не предотвращает бактериальную суперинфекцию. Более того, она может способствовать ее развитию. Но детям с некоторыми хроническими заболеваниями или иммунодефицитом антибиотики могут быть показаны.

Затраты

Китай — исходная версия. Никаких расходов, и ещё можно сэкономить на лекарствах.

Россия. Расходы и возможная экономия в этих источниках не указаны.

Выгода

Китай — исходная версия. Один систематический обзор Cochrane объединил 6 рандомизированных испытаний с участием 1147 человек. При простуде доля тех, кто не выздоровел или у кого сохранялись симптомы, заметно не различалась между группами антибиотиков и плацебо (RR 0.83, 95% CI 0.60–1.14, различие статистически незначимо). Риск нежелательных реакций был в 1.8 раза выше, чем в группе плацебо (95% CI 1.01–3.21). У взрослых — в 2.62 раза (1.32–5.18), у детей повышения не было (0.91, 0.51–1.63). При остром гнойном рините с гнойными выделениями из носа менее 10 дней у антибиотиков тоже не было явной пользы (RR 0.73, 0.47–1.13). А нежелательных реакций было больше (RR 1.46, 1.10–1.94, примерно на 46% выше). Вывод авторов: в обоих случаях рутинное применение антибиотиков не рекомендуется.

Россия. Отказ от антибактериальной терапии при неосложненной вирусной инфекции помогает не подавлять нормальную микробиоту.

Примечания

Китай — исходная версия. Эта версия была переиздана в 2025 году; в аннотации указано, что поиск литературы проводился по 2013 год включительно. В Китае антибиотики — рецептурные препараты, и аптеки должны продавать их по рецепту. Не принимайте самостоятельно и антибиотики, оставшиеся дома. Оценка выгоды как «средней» — это суждение: речь о предотвращении нежелательных реакций, а не смерти.

Россия. Исключения возможны для детей с хронической патологией бронхолегочной системы или иммунодефицитом и риском обострения бактериального процесса.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Kenealy T, Arroll B (2025). Antibiotics for the common cold and acute purulent rhinitis. Cochrane Database of Systematic Reviews, 11:CD000247. doi.org/10.1002/14651858.CD000247.pub4

Россия — источники

1. Клинические рекомендации. Проверено 07.10.2026. apiportalcr.minzdrav.gov.ru/api/Files/GetProjectFile/2021