

Samozdravljenje z antibiotiki

Bakterije, odporne proti antibiotikom, so nevarne vsem nam, saj povzročajo okužbe, ki jih je težko zdraviti.

Če antibiotike jemljemo pogosto in neustrezno, s tem prispevamo k povečanju števila proti antibiotikom odpornih bakterij, kar je ena najbolj perečih zdravstvenih težav na svetu .

Če boste torej vi, vaši otroci ali drugi družinski člani v prihodnosti potrebovali antibiotike, ti mogoče ne bodo več učinkoviti .

Samozdravljenje z antibiotiki je neodgovoren način uporabe antibiotikov .

Samozdravljenje pomeni, da antibiotike jemljete (ali želite jemati) ne da bi se pred tem posvetovali z zdravnikom, in sicer tako da:

- uporabite ostanke antibiotikov iz preteklih zdravljenj ali
- kupite antibiotike v lekarni brez recepta.

Z besedo „antibiotiki“ ECDC označuje protibakterijska zdravila.

1. Antibiotike vam lahko predpiše le zdravnik, ki vas je pregledal

2. Antibiotiki niso protibolečinska zdravila in ne morejo pozdraviti vsake bolezni

3. Jemanje antibiotikov iz napačnih razlogov, na primer proti prehladu ali gripi, ne bo pripomoglo k hitrejšemu okrevanju in utegne povzročiti neželene učinke

4. Vzemite si čas za okrevanje

Če znaki/simptomi bolezni vztrajajo ali če imate kakršne koli pomisleke, se posvetujte s svojim zdravnikom.

Pri večini bolezni, ki se pojavljajo predvsem pozimi, se bo vaše stanje izboljšalo po dveh tednih.

Okvirno trajanje znakov/simptomov pri pogostih boleznih, ki se pojavljajo predvsem pozimi, pri odraslih	
Okužba ušes	do 4 dni
Boleče grlo	do 1 teden
Običajen prehlad	do 1,5 tedna
Gripa	do 2 tedna
Izcedek iz nosu ali zamašen nos	do 1,5 tedna
Okužba obnosnih votlin	do 2,5 tedna
Kašelj (ki se pogosto pojavi po prehladu)	do 3 tedne

5. Vprašajte farmacevta za nasvet: druga zdravila vam lahko olajšajo simptome

Farmacevt vam lahko za lajšanje simptomov/znakov bolezni priporoči zdravila brez recepta.

Vedno prosite za nasvet, zlasti če jemljete zdravila za katero koli drugo bolezen.

- Protibolečinska zdravila lajšajo bolečine in vročino.
- Protivnetna zdravila, kot so pršila ali pastile za grlo, vam olajšajo požiranje.
- Oralni ekspektoransi čistijo izločke v vaših dihalnih poteh.
- Pršila za nos in dekongestivi olajšajo dihanje.
- Antihistaminiki pomagajo pri zamašenem, vzdraženem in srbečem nosu.

Pitje veliko tekočin in počitek bosta pomagala olajšati katero koli bolezen, ki se pojavlja predvsem pozimi.

