

ATBILDĪGA ANTIBIOTIKU LIETOŠANA:

PASARGĀ SAVU VESELĪBU UN NĀKOTNI

Antimikrobiālā rezistence rodas, kad baktērijas kļūst izturīgas pret antibiotikām. Tas padara bakteriālas infekcijas grūtāk ārstējamas un apdraud pacientu dzīvību. Jo biežāk mēs lietojam antibiotikas nepareizi, jo ātrāk attīstās baktēriju rezistence pret tām.



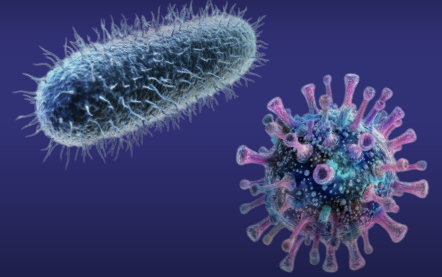
NOVĒRS INFEKCIJU!

- Regulāri un kārtīgi **mazgā rokas** ar ziepēm un tīru ūdeni
- **Izvairies no kontakta** ar infekcijas slimniekiem
- **Esi vakcinēts** – veic ārsta ieteiktās potes
- Ja ir brūces, **uzturi tās tīras** un pārsietas
- Ievēro droša sekā principus



LIETO ANTIBIOTIKAS ATBILDĪGI!

- **Lieto antibiotikas** tikai tad, ja tās ir izrakstījis ārsts
- **Nelūdz** antibiotikas, ja ārsts saka, ka tās nav vajadzīgas
- Nekad **nelieto un nedod** citiem neizlietotās antibiotikas
- Precīzi ievēro ārsta norādījumus – lieto **pareizo devu un visu noteikto kursu**, pat ja pašsajūta strauji uzlabojas
- Dod antibiotikas **mājdzīvniekiem** tikai tad, ja tās izrakstījis **veterinārārsts**



ZINI, KAD ANTIBIOTIKAS PALĪDZ!

- Antibiotikas **iznīcina baktērijas** – ne vīrusus
- Tās **nepalīdz pret gripu, Covid-19** vai citam vīrusu izraisītā elpceļu infekcijām
- Lietojot antibiotikas vīrusu infekciju gadījumā un nemērķtiecīgi bakteriālo infekciju gadījumā, **tās var kaitēt un neveicināt izveseļošanu.**



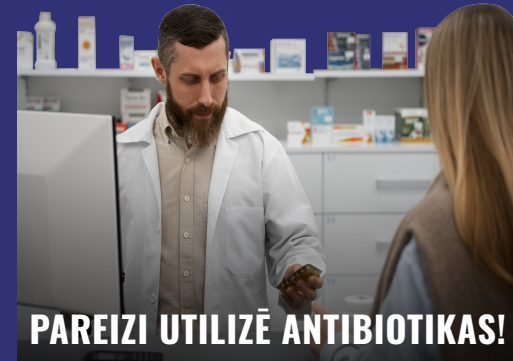
PIEVĒRS UZMANĪBU PĀRTIKAS DROŠUMAM!

- Dzer **tīru ūdeni** un **nelieto ēdienu**, par kuru izcelsmi vai pagatavošanu atbilstoši higiēnas prasībām neesi drošs, īpaši ceļojot
- Kārtīgi **termiski apstrādā ēdienu**
- **Glabā** jēlu un pagatavotu pārtiku **atsevišķi**
- **Mazgā augļus un dārzeņus** pirms ēšanas un gatavošanas



ESI MODRS ATTIECĪBĀ UZ INFEKCIJAS PAZĪMĒM!

- Laikus konsultējies **ar ārstu**, ja jūties apslimis
- **Neārstēta infekcija** var rezultēties ar nopietnām **komplikācijām**, piemēram, sepsi



PAREIZI UTILIZĒ ANTIBIOTIKAS!

- Antibiotikas, kuras ir neizlietotas vai ir ar beigušos derīguma termiņu, **nodod aptiekā**
- **Nemet atkritumus, kanalizācijā, neatdod** citiem cilvēkiem



NEPAREIZA ANTIBIOTIKU LIETOŠANA APDRAUD DZĪVĪBU: INFEKCIJAS VAR KĻŪT NEĀRSTĒJAMAS

Lietojot antibiotikas nepareizi, pastāv reāls risks, ka tās vairs nepalīdzēs, kad mums vai mūsu tuviniekiem tās visvairāk būs nepieciešamas. Infekcijas var kļūt grūti vai pat neiespējami ārstējamas, atstājot nelielu vai nekādu ārstēšanas iespēju.

ATCERIES!

VAI ANTIBIOTIKĀM IR BLAKUSPARĀDĪBAS?

Jebkurā laikā, kad tiek lietotas antibiotikas, tās var izraisīt blakusparādības.

IESPĒJAMĀS ANTIBIOTIKU BLAKUSPARĀDĪBAS:

Izsitumi, reibonis, slikta dūša, sēnīšu infekcija, caureja. Tāpat var attīstīties arī smagas un dzīvībai bīstamas alerģiskas reakcijas.

JA NOVĒRO BLAKUSPARĀDĪBAS, SAZINIES AR SAVU ĀRSTU.



Slimību profilakses un kontroles centrs

Uzzini vairāk par antimikrobiālo rezistenci te vai skenējot QR kodu:
<https://www.spkc.gov.lv/lv/antibiotiku-lietosana-un-antimikrobiala-rezistence>

