

# STOPPA INVASIONEN

# När kan antibiotika hjälpa?

DIAGNOS	EFFEKT AV ANTIBIOTIKA
Halsinfektion orsakad av virus Förkylning Luftrörskatarr Vanlig hosta	INGEN EFFEKT
Lindrig halsfluss med streptokocker Öroninflammation 1–12 år Bihåleinflammation	TVEKSAM ELLER LITEN EFFEKT
Halsfluss med streptokocker Blåskatarr	SYMTOMLINDRANDE
Borreliainfektion (hudutslag) Klamydia och gonorré Öroninflammation 0–1 år Vissa sårinfektioner	MINSKAD RISK FÖR KOMPLIKATIONER
Svår njurbäckeninflammation Allvarlig lunginflammation Hjärnhinneinflammation Blodförgiftning Utbredd rosfeber	LIVRÄDDANDE ELLER STOR EFFEKT

## **Antibiotika har räddat miljontals liv**

Antibiotika har funnits i snart 70 år och är vårt viktigaste vapen för att kunna behandla svåra bakterieinfektioner som annars kan ha dödlig utgång. Antibiotika är också en förutsättning för många behandlingar, som stora operationer, cancerterapi och vård av för tidigt födda barn.

Kroppens eget immunförsvar är effektivt mot vanliga bakterieinfektioner, till exempel öroninflammation, bihåleinflammation och halsfluss. Vid de flesta av dessa infektioner bidrar antibiotika blygsamt eller inte alls till en snabbare läkning, om du är frisk för övrigt. Antibiotika har ingen effekt alls vid virusinfektioner, till exempel förkylning. Vid allvarlig lunginflammation däremot har antibiotika avgörande effekt.

## **Mot resistenta bakterier har antibiotika ingen eller bristande effekt**

Ju mer antibiotika vi använder desto större är risken att bakterierna blir allt mer motståndskraftiga, det vill säga resistenta, mot antibiotika. Många länder har fått tilltagande problem med bakterier som är resistenta mot nästan all antibiotika. I Sverige har vi hittills varit förskonade, men nu blir det allt fler resistenta bakterier även här.

Vi måste alla hjälpas åt att minska onödig användning av antibiotika för att försöka bromsa denna utveckling.

## **Är det skadligt att äta antibiotika i onödan?**

Det är inte bra att äta antibiotika i onödan. De nyttiga bakterier du bär på slås ut och kan ge plats åt resistenta bakterier att föröka sig, till exempel i tarmen. Att bära på resistenta bakterier är oftast inte farligt för en frisk person. De kan dock orsaka en infektion som är svår att behandla. Om du har en kronisk sjukdom eller ska genomgå en operation ökar den risken. Undvik att ta antibiotika i anslutning till utlandsresa eftersom det kan öka risken att bli bärare av resistenta bakterier – de är vanligare i många länder vi reser till, till exempel i Sydostasien.

Antibiotika kan dessutom ge biverkningar som diarré och hudutslag.

# **Vi måste hjälpas åt att minska onödigt användning av antibiotika – så att medicinen fungerar när den verkligen behövs!**

## **Hur undviker du smitta?**

- Tvätta alltid händerna före måltid och efter toalettbesök.
- Handsprit kan användas istället för handtvätt, till exempel på sjukhus.
- Tvätta händerna ofta i förkylningstider.
- Nys och hosta i armvecket.
- Använd näsdukar för engångsbruk.

## **Goda råd om egenvård**

- Att sova med huvudet högt kan lindra förkylningssymtom.
- Dryck och flytande kost kan lindra om du har ont i halsen och svårt att svälja.
- Dryck kan lindra vid hosta. Hostmedicin har vanligtvis ingen större effekt.
- Vid feber eller smärta kan febernedsättande och smärtstillande preparat som paracetamol (Panodil, Alvedon med flera) lindra.
- Avsvällande nässpray kan lindra vid nästäppa.
- Undvik fysiskt ansträngande aktivitet när du är sjuk.

## **Behöver Du råd om vård?**

Ring din vårdcentral under dagtid eller sjukvårdsrådgivningen 1177, som är öppen hela dygnet, för att få råd om vård.

Egenvårdsråd och mer information hittar du också på webbplatserna: [1177.se](http://1177.se) och [antibiotikaellerinte.se](http://antibiotikaellerinte.se)