

Setzen Sie Ressourcen richtig ein!

Bei **Erkältung** oder **Grippe** ? **Keine Antibiotika !**

zöcreation.net



Eine europäische Initiative
für die Gesundheit



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
Direction de la Santé

Division de la Médecine Préventive

Bei **Erkältung** oder **Grippe**? **Keine Antibiotika !**

Eine ansteckende Krankheit (Infektionskrankheit) kann durch einen VIRUS, ein BAKTERIUM oder andere Mikroorganismen hervorgerufen werden.

Antibiotika töten nur **Bakterien**, gegen Viren sind sie wirkungslos.

Die **meisten gewöhnlichen Infektionskrankheiten an denen wir leiden**, wie beispielsweise Erkältung oder Grippe, werden jedoch durch Viren verursacht. Weil Antibiotika bei einer Virusinfektion nicht wirken, können sie weder das Fieber senken, noch dafür sorgen, dass wir schneller gesund werden. Eine Ansteckung anderer Menschen kann in diesem Fall ebenfalls nicht durch Antibiotika verhindert werden.

Die meisten Virusinfektionen, wie z.B. Schnupfen, Angina, banaler Husten oder Grippe, heilen nach einiger Zeit von selbst. Währenddessen können die Symptome mit den klassischen Mitteln und Medikamenten zur Behandlung gegen Fieber und Schmerzen gelindert werden.

Den besten Schutz gegen die saisonale Grippe bietet die jährliche Schutzimpfung, idealerweise im Herbst.

Antibiotika wirken nicht gegen:

- Erkältung, Grippe, viralen Husten oder virale Angina.

Bakterien werden zunehmend widerstandsfähiger gegen Antibiotika!

Antibiotika ermöglichen es, zahlreiche schwerwiegende Infektionen zu heilen, die durch **Bakterien** verursacht werden. Durch zu häufigen und falschen Einsatz von Antibiotika entwickeln sich neue Arten von resistenten Bakterien, die gegen zuvor wirksame Antibiotika unempfindlich geworden sind.

Es kommt immer häufiger vor, dass Ärzte gezwungen sind zwei bis drei verschiedene Medikamente zu verschreiben, bevor eine bakterielle Infektion erfolgreich unter Kontrolle gebracht werden kann. Wenn Sie Ihrem Kind z.B. bei Schnupfen oder Husten- die durch Viren verursacht sind- Antibiotika geben, fördern Sie damit die Entwicklung von antibiotikaresistenten Bakterien.

Wenn sich diese Resistenzentwicklung fortsetzt, wird es immer schwieriger werden, bestimmte schwerwiegende bakterielle Krankheiten auch in Zukunft erfolgreich zu behandeln.



Wie können

Infektionen vermieden und die Wirksamkeit der Antibiotika erhalten bleiben?

1. Halten Sie sich an die einfachen Hygieneregeln um sich vor einer Ansteckung zu schützen:



Waschen Sie sich mehrmals täglich 30 Sekunden lang die Hände mit Wasser und Seife.



Halten Sie sich beim Husten oder Niesen ein Taschentuch vor Mund und Nase waschen Sie sich anschließend die Hände.



Wenn Sie kein Taschentuch zur Verfügung haben, husten oder niesen Sie in Ihre Armbeuge.

Verwenden Sie ausschließlich Papiertaschentücher und werfen Sie diese direkt nach dem Gebrauch in den Mülleimer.

2. Nehmen sie Antibiotika nur im Fall einer erwiesenen bakteriellen Infektion und gemäß den Einnahmeanweisungen Ihres Arztes ein.

Antibiotika wirken nicht gegen:

- Erkältung, Grippe, viralen Husten oder virale Angina.

Wann

sollten Antibiotika eingenommen werden?

Bei einer schwerwiegenden bakteriellen Infektion, wie beispielsweise einer Lungenentzündung oder der Infektion einer Wunde, sind Antibiotika erforderlich und können Leben retten. **Nur Ihr Arzt kann entscheiden, ob der Einsatz von Antibiotika bei der Krankheit, an der sie leiden, sinnvoll ist.** Um zum Beispiel zu bestimmen, ob eine Angina durch Viren oder Bakterien verursacht ist, kann Ihr Arzt im Rahmen der Untersuchung einen schmerzfreien Schnelltest durchführen. So kann er Ihnen, falls erforderlich, ein Antibiotikum verschreiben, und bei einer Virusinfektion darauf verzichten.

Wie

werden Antibiotika richtig eingenommen?

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

- **Halten Sie sich genau an die verordnete Dosierung und Einnahmezeit:**

Ihr Arzt und Ihr Apotheker werden Ihnen genaue Anweisungen zur richtigen Einnahme geben (Anzahl der Einnahmen pro Tag, Dauer der Behandlung, vor, während oder nach dem Essen, usw.). Diese Empfehlungen helfen Ihnen dabei, die optimale Wirksamkeit Ihres Antibiotikums zu erreichen. Die Antibiotikatherapie stellt eine genau abgestimmte Behandlung dar, die Ihre Infektion schrittweise bekämpft. Das Vergessen einer Einnahme kann die notwendige Behandlungsdauer wegen einer andauernden Infektion unnötig in die Länge ziehen.

- **Brechen Sie die Behandlung nicht vorzeitig ab:**

Nehmen Sie die gesamte Menge an verschriebenen Antibiotika ein, auch wenn Sie sich nach einigen Tagen

bereits besser fühlen. Das ist erforderlich, da die Bakterien nur langsam in Ihrem Körper vernichtet werden. Die vorgeschriebene Behandlungsdauer ist abhängig von der Art der Infektion, Ihrem persönlichem Gesundheitszustand sowie der verwendeten Antibiotikasorte. Deshalb kann eine Antibiotikabehandlung von Fall zu Fall unterschiedlich lange dauern.

• **Benutzen Sie keine übriggebliebenen Antibiotika:**

Heben Sie nie angebrochene Antibiotika-Packungen in Ihrer Hausapotheke auf, um sie ein weiteres Mal zu verwenden. Bringen Sie diese stattdessen zu Ihrem Apotheker zurück.

**BEACHTEN SIE IMMER DIE ANWEISUNGEN
IHRES ARZTES ODER APOTHEKERS.**

**Und falls Sie erkrankt sind,
hier einige Tipps zur Genesung:**

- Sorgen Sie für ausreichend Ruhe
- Lüften Sie regelmäßig Ihre Wohnräume
- Trinken Sie ausreichend (Wasser, Kräutertee)
- Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung (vitaminreiche Mahlzeiten, Obst und Gemüse)
- Bei Fieber und Schmerzen können Ihnen fiebersenkende und schmerzstillende Mittel Linderung bringen. Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.
- Achten Sie auf eine strikte Einhaltung der oben genannten einfachen Hygieneregeln.
- Im Falle einer ansteckenden Krankheit sollten Sie engen Kontakt mit anderen Personen vermeiden.



Für weitere Informationen:

Ministère de la Santé - Direction de la Santé

Division de la Médecine Préventive - Villa Louvigny L-2120 Luxembourg

Tel.: 247-85560 oder 247-85569 (Bestellungen)

www.sante.lu - antibiotic.ecdc.europa.eu