

Usar mal um medicamento,
este torna-se ineficaz !

Frio ou gripe? Nao, aos antibióticos!

zôcreation.net



Uma iniciativa europeia
em matéria de saúde.



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

Division de la Médecine Préventive

Frio ou Grip ?

Nao, aos antibióticos !

Uma doença infecciosa pode ser provocada por um VÍRUS, por uma BACTÉRIA ou por outros microrganismos infecciosos. Os **antibióticos** matam as **bactérias**, mas são ineficazes contra os vírus.

A **maioria das infecções** de que sofremos diariamente, como por exemplo as constipações ou a gripe, são de origem **viral**.

Face a uma infecção viral os antibióticos não fazem baixar a febre nem ajudam a curar mais depressa porque não atacam a origem da infecção e também não previnem o seu contágio.

A maioria das infecções de origem viral, como por exemplo : as constipações, as anginas, a tosse banal ou a gripe desaparecem espontaneamente.

Entretanto, podemos atenuar os seus sintomas recorrendo aos meios e medicamentos habitualmente utilizados contra a febre e dores.

Convém lembrar que a melhor protecção contra a gripe sazonal é a vacina anual tomada habitualmente no Outono!

As bactérias são cada vez mais resistentes aos antibióticos !

Os antibióticos permitem curar muitas infecções graves causadas por **bactérias**.

Infelizmente, devido a um **consumo excessivo** e à **má utilização dos antibióticos**, começam a aparecer novas espécies de bactérias resistentes.

É cada vez mais frequente os médicos serem obrigados a prescrever dois ou três tratamentos diferentes antes de encontrarem o tratamento ideal para tratar uma infecção bacteriana. Ao darem antibióticos por exemplo às crianças que sofrem de uma gripe ou de uma simples tosse, quando são de origem viral favorecem o desenvolvimento de bactérias resistentes aos antibióticos.

Se este fenómeno de resistência continuar a evoluir, num futuro breve já não será possível combater com eficácia algumas doenças com origem bacteriana.



Como prevenir

os riscos d'infeções e preservar a eficácia dos antibióticos ?

1. Respeitar as REGRAS DE HIGIENE ELEMENTARES limitando assim os riscos de infecção.



Lave as mãos com água e sabão, durante trinta segundos, várias vezes ao dia.



Ponha um lenço à frente da boca e do nariz quando tossir ou espirrar e de seguida lavar as mãos. Se não tem lenço de papel, tussa ou espirre na parte côncava do vosso cotovelo.



Utilize sempre lenços de papel e deite-os no lixo após a sua utilização.

2. Tomar antibióticos apenas em caso de infecção bacteriana confirmada SEGUINDO OS CONSELHOS DO SEU MEDICO.

Os antibióticos são ineficazes contra :
gripe, frio, tosse viral ou angina viral.

Quando

tomar antibióticos ?

Em caso de **infecção bacteriana grave**, como uma pneumonia ou uma infecção de uma ferida, os antibióticos são evidentemente necessários e salvam vidas.

Apenas o seu médico e em função do tipo de doença que padecer, poderá avaliar se a prescrição de antibióticos é necessária. Por exemplo, para detectar se uma angina é viral ou bacteriana o seu médico, durante a consulta, poderá utilizar um Teste de Diagnóstico Rápido totalmente indolor, que permitirá avaliar se a prescrição de antibióticos é necessária ou não.

Como

tomar os antibióticos?

É importante aconselhar-se sempre junto do seu médico ou farmacêutico.

- **Respeite as doses e os horários :**

O seu médico indicará-lhe-á como tomar os antibióticos (durante ou depois das refeições, número de vezes por dia, a duração do tratamento, ...). O Respeito destas recomendações permite que o antibiótico que tomar seja plenamente eficaz. A toma de antibióticos constitui um tratamento completo que permite combater progressivamente a infecção. O esquecimento pode prolongar desnecessariamente o seu tratamento após a cura de uma infecção que tenha tendência a persistir.

- **Não pare antes do tempo :**

Leve o seu tratamento à base de antibióticos até ao fim, mesmo que já se sinta melhor alguns dias depois. Isto é extremamente importante porque as bactérias apenas são destruídas pouco a pouco. A duração do tratamento pode variar em função do tipo da infecção, do seu estado de saúde e em função do tipo de antibiótico utilizado.

- **Não volte a utilizar os antibióticos :**

Nunca guarde os restos de antibióticos em casa para os utilizar mais tarde. Entregue-os ao seu farmacêutico.

SIGA SEMPRE OS CONSELHOS DO SEU MÉDICO E DO SEU FARMACÊUTICO.

E se está doente, aqui estão alguns conselhos para o ajudar a melhorar :

- Descanse
- Areje regularmente as divisões de casa
- Beba em quantidades suficientes (água, chá, ...)
- Coma equilibradamente (refeições ricas em vitaminas, frutos, legumes)
- Tome antipiréticos e analgésicos caso tenha febre ou sinta dores sempre seguindo os conselhos do seu médico ou farmacêutico
- Respeite escrupulosamente as regras de higiene elementares, em cima enumeradas, durante o período em que estiver doente
- Em caso de doença contagiosa evite o contacto próximo com outras pessoas



Para mais informações contactar :

Ministère de la Santé - Direction de la Santé

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

Tél.: 247-85560 / 247-85569

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