

Mundu

- Sýklalyf virka ekki á kvef
- Taktu sýklalyf á ábyrgan hátt og aðeins þegar læknir hefur ávísað þeim
- Það er á allra ábyrgð að viðhalda virkni sýklalyfja

Þegar þú þarft örugglega á sýklalyfjum að halda taktu þau þá á ábyrgan hátt

Þegar þú færð ávísað sýklalyfi verður þú að fylgja leiðbeiningum læknisins til að minnka hættuna á að bakteríur myndi ónæmi gegn þeim.

Ef þú fylgir ekki leiðbeiningunum, til dæmis ef þú tekur minni skammt eða ef þú tekur sýklalyfið ekki allan þann tíma eða á þeim tíma dags sem læknirinn ráðleggur, geta bakteríur myndað ónæmi gegn sýklalyfjunum.

Þú getur borið þessar ónæmu bakteríur í þér og dreift þeim til annarra. Það er því aukin hættu á að sýklalyfin virki ekki næst þegar þú þarft á þeim að halda.

- Fylgdu ráðum læknisins varðandi hvenær, hvernig og hve lengi skal taka sýklalyf
- Ekki nota afganga af sýklalyfjum
- Skilaðu lyfjaafgöngum í lyfjaverslunina.

Kynnið ykkur *Lyforðin tíu* á www.landlaeknir.is

Nánari upplýsingar um Evrópudag vitundarvakningar um sýklalyf er að finna á slóðinni: <http://antibiotic.ecdc.europa.eu>



Vitundarvakning um sýklalyf

Höldum sýklalyfjum virkum

Sýklalyfjaónæmar bakteríur eru vaxandi og alvarlegt heilsufarsvandamál

Í marga áratugi hafa sýklalyf gagnast vel við meðhöndlun lífshættulegra sýkinga. Á undanförunum árum hefur röng og /eða óábyrg notkun sýklalyfja hins vegar leitt til þróunar og útbreiðslu á sýklalyfjaónæmum bakteríum.

Þegar einstaklingur fær sýkingu af völdum ónæmra baktería virka sýklalyfin ekki lengur til að meðhöndla sýkinguna, það kann að taka lengri tíma að losna við hana eða hún getur jafnvel orðið alvarlegri.

Það getur valdið alvarlegri ógn við lýðheilsu að leyfa ónæmi gegn sýklalyfjum að þróast þar sem ónæmar bakteríur geta dreift sér innan samfélagsins.

- Það er á allra ábyrgð að viðhalda virkni sýklalyfja.
- Ábyrg notkun sýklalyfja getur hjálpað til við að stöðva ónæmar bakteríur.
- Með því að stöðva ónæmar bakteríur munum við halda sýklalyfjum virkum fyrir komandi kynslóðir.

Taktu sýklalyf aðeins þegar nauðsyn krefur

Sýklalyf ætti aðeins að nota þegar þeirra er þörf því að ofnotkun getur gert bakteríur ónæmar.

Það hjálpar þér ekki að taka sýklalyf þegar þú þarft ekki á þeim að halda. Til dæmis hafa sýklalyf **ekki** áhrif þegar um er að ræða sýkingar af völdum veira eins og til dæmis kvef og influensu. Í flestum tilfellum ætti ónæmiskerfið að geta ráðið niðurlögum einfaldra sýkinga. Það að taka sýklalyf mun ekki hjálpa þér að batna eða koma í veg fyrir að vírusar berist milli fólks.

Einungis læknir getur greint sýkinguna rétt og ákveðið hvort þú þarft á sýklalyfi að halda.

- Ekki taka sýklalyf án lyfseðils frá lækni.
- Ef þú ert með kvef og læknirinn þinn ákveður að þú þurfir ekki sýklalyf farðu þá vel með þig svo þér batni.
- Ef einkennin skána ekki eða versna innan þeirra tímamarka sem læknirinn tilgreindi gæti þurft að skoða þig aftur.



Kvef? Inflúensa? Farðu vel með þig en ekki taka sýklalyf!

Hvað skal gera ef þú færð kvef eða flensu og læknirinn ávísar ekki sýklalyfjum:

1. Hvíldu þig og farðu vel með þig til að ná bata.
2. Drekktu nægan vökva til að forðast ofþornun.
3. Spyrðu lækninn þinn út í annars konar meðferð en sýklalyf til að minnka einkenni eins og stíflað nef, sáran háls, hósta, o.s.frv.

Ef einkennin skána ekki eða versna innan þeirra tímamarka sem læknirinn tilgreindi gæti þurft að skoða þig aftur.