

Hälsoinformation om antibiotika

Detta ska du få information om idag

1. Varför det är viktigt att prata om hur vi använder antibiotika?
2. När och hur antibiotika ska användas.
3. Hur du kan ta hand om dig själv eller dina barn vid en infektion.

Varför ska vi prata om antibiotika?

I Sverige är vi försiktiga med att använda antibiotika

Många undrar varför.

Vi kan bli oroliga eller irriterade när inte antibiotika skrivs ut

Vi känner oss inte nöjda och förstår inte den vård som vi får.

Vi blir inte trygga och tror inte på hälso- och sjukvården.

Varför är vi försiktiga med att använda antibiotika?

- Felaktig användning av antibiotika kan göra att bakterier blir resistenta
 - Vad betyder det att bakterier är resistenta?
 - Varför är resistenta bakterier en fara för alla?
- Ett gemensamt mål i världen är att använda mindre antibiotika
 - Sverige har kommit ganska långt i det arbetet.

Två filmer

[Antibiotikaresistens och behandling,
Medicininstruktioner Sverige](#)

[När hjälper antibiotika?
Väntrummsfilm om antibiotikaresistens](#)



Vad har du
för erfarenheter av att få
antibiotika av svensk
hälso- och sjukvård?

Används antibiotika
annorlunda i Sverige jämfört
med andra länder?

Varför tror du att vi kan
bli oroliga och arga när
inte antibiotika
skrivs ut?

Infektioner och antibiotika

- Antibiotika fungerar mot **bakteriell** infektion – **inte vid virus**
 - Flera bakteriella infektioner kan kroppen själv hantera
- Antibiotika ska bara användas om din behandlare har sagt så
- Det är viktigt att ta rätt mängd antibiotika i rätt antal dagar
 - Även om du känner dig frisk
 - Att sluta ta antibiotika för tidigt ökar risken för resistens mot antibiotika
- Lämna gammal medicin på apoteket.
Antibiotika får inte slängas i soporna.

Barn har ofta infektioner

- Under de första fyra åren har barn sex till åtta infektioner per år.
- Genom att få en infektion blir barnets immunförsvar bättre.
- De flesta infektioner orsakas av virus, till exempel förkylning och influensa. En del infektioner orsakas av bakterier.
- Det tar en till två veckor att bli frisk från en infektion.

Tre frågor att prata om

Brukar du fråga
varför du inte får antibiotika?

Om du inte vågar fråga,
vad kan göra att du vågar?

Vad behöver du
för att förstå
varför du inte alltid får
antibiotika vid
infektioner?

En vanlig infektion är förkylning som nästan alltid beror på virus – och då hjälper inte antibiotika.

När antibiotika inte är lösningen, kan du istället göra detta när du är förkyld

- Vila men du måste inte ligga ned för det är bra att vara uppe och röra på sig
- Undvik att idrotta eller motionera
- Drick ordentligt

Om du är täppt i näsan eller har snuva

- Använd nässpray eller koksaltlösning i näsan
- Ha huvudet högt om du ligger ned för att minska svullnaden i näsan

Fortsättning...

Om du har ont i halsen

- Drick varm dryck
- Ät något kallt, som glass eller yoghurt

Om du har ont i öronen

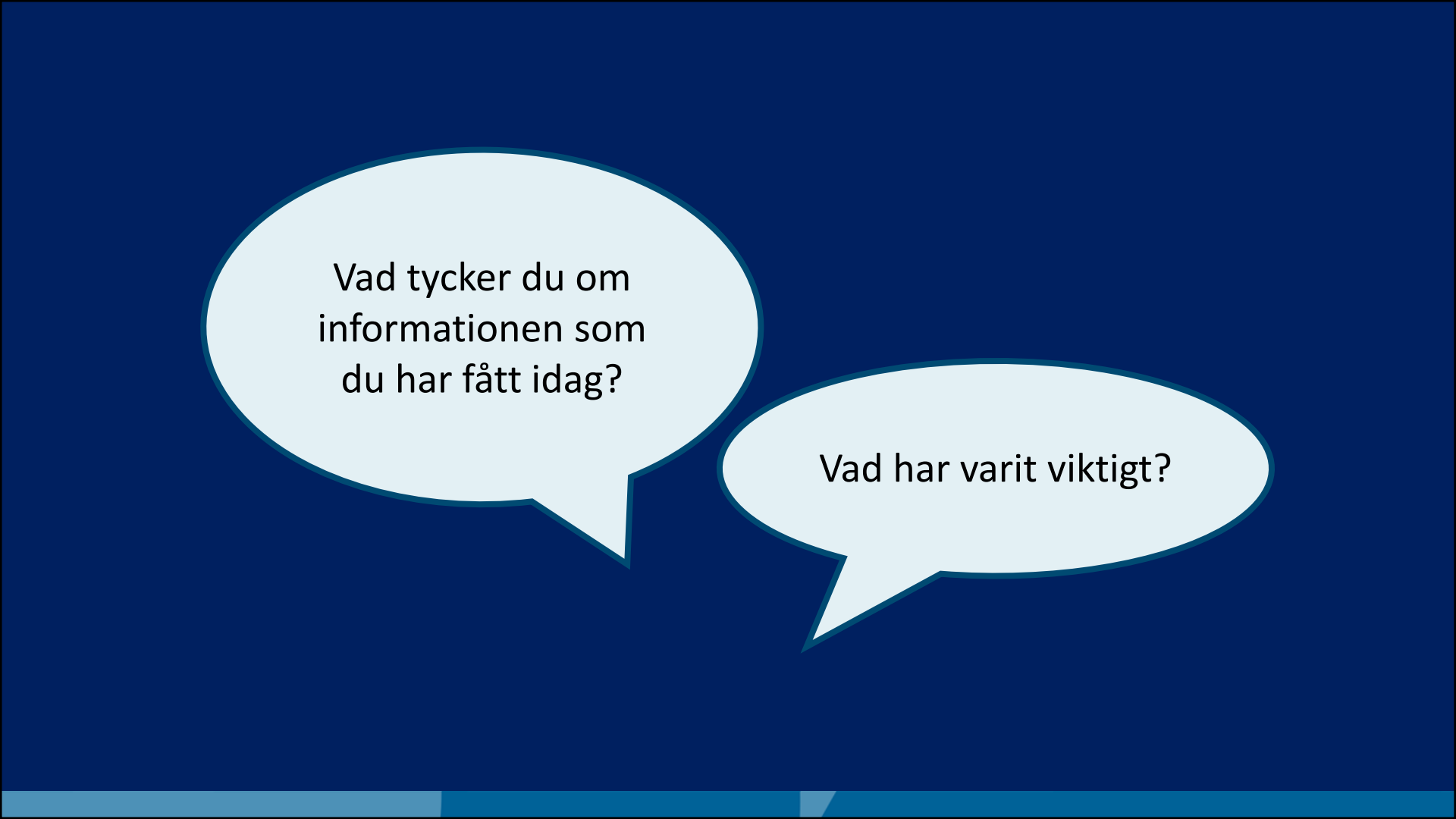
- Ha huvudet högt när du ligger ned för att minska svullnad i näsa och öron
- Minska nästäppa med nässpray eller koksaltlösning för då kan även öronen bli bättre

Om du har feber

- Drick ordentligt
- Ha det svalt
- Ta receptfritt läkemedel som minskar feber och smärta

Om du vill ha råd

- Du hittar information på www.1177.se
Viss information finns på olika språk
- Du kan ringa 1177 sjukvårdsupplysningen
Det finns tolk på arabiska, somaliska och persiska
- Du kan ringa till vårdcentralen



Vad tycker du om
informationen som
du har fått idag?

Vad har varit viktigt?

Sammanfattning
och frågor

