

# Muista

- Antibiootit eivät tehoa vilustumisessa tai flunssassa
- Käytä antibiootteja vastuullisesti ja vain lääkärin määräyksestä
- Antibioottien säilyttäminen tehokkaina on jokaisen velvollisuus

## Kun tarvitset antibiootteja, muista käyttää niitä vastuullisesti

Kun saat antibioottimääräyksen, noudata lääkärin ohjeita resistenttien bakteerien kehittymisen riskin minimoimiseksi.

Jos et noudata ohjeita asianmukaisesti – esimerkiksi lyhennät hoitoaikaa, otat pienemmän annoksen tai et ota antibiootteja lääkärin määräämin väliajoin – bakteerit voivat tulla vastustuskykyisiksi antibiooteille.

Resistentit bakteerit voivat jäädä elimistöösi ja tarttua myös muihin. Asetat itsesi ja muut siihen vaaraan, etteivät antibiootit tehoa, kun tarvitset niitä seuraavan kerran.

- Noudata lääkärin ohjeita siitä, milloin ja miten antibiootteja käytetään
- Älä käytä “yli jääneitä” antibiootteja
- Kysy lääkäriltä tai farmaseutilta mahdollisten yli jäävien antibioottien hävittämisestä

Lue lisää antibiooteista:  
<http://antibiotic.ecdc.europa.eu>



## Antibioottien tuntemus

## Pidä antibiootit tehokkaina

## Antibiooteille vastustuskykyiset bakteerit ovat yhä vakavampi terveysongelma

Antibiootit ovat vuosikymmenien ajan parantaneet hengenvaarallisia infektioita. Antibioottien väärinkäyttö on kuitenkin johtanut antibiooteille vastustuskykyisten bakteerien kehittymiseen ja leviämiseen viime vuosina.

Vastustuskykyisen bakteerin aiheuttaman infektion ilmetessä antibiootit eivät enää ole tehokkaita infektion hoitamisessa, ja sairauden paraneminen saattaa kestää kauemmin tai sairaus voi jopa tulla vakavammaksi.

Antibioottiresistenssin kehittyminen on vakava kansanterveydellinen uhka, sillä vastustuskykyiset bakteerit voivat levitä yhteisössä.

## Ota antibiootteja vain tarvittaessa

Antibiootteja saa käyttää ainoastaan tarvittaessa, sillä liiallinen käyttö saattaa tehdä bakteereista vastustuskykyisiä antibiooteille.

Antibiootit eivät auta, kun niitä ei tarvita. Antibiootit EIVÄT esimerkiksi auta virusten aiheuttamiin infektioihin, kuten tavalliseen nuhaan tai flunssaan. Useimmiten immuunijärjestelmä pystyy taistelemaan yksinkertaisia infektioita vastaan. Antibioottien käyttö ei edistä paranemista tai estä viruksia leviämästä muihin ihmisiin.

Vain lääkäri voi tehdä oikean diagnoosin ja päättää, edellyttääkö tila antibioottihoitoa.

- **Jokaisen velvollisuutena on pitää antibiootit tehokkaina**
- **Antibioottien vastuullinen käyttö voi auttaa pysäyttämään resistentit bakteerit**
- **Resistenttien bakteerien pysäyttäminen pitää antibiootit tehokkaina tulevien sukupolvien käyttöön**

- **Älä käytä antibiootteja ilman lääkemääräystä**
- **Jos sinulla on nuha tai flunssa, etkä lääkärin mielestä tarvitse antibiootteja, huolehdi itsestäsi, jotta parane**
- **Jos oireesi eivät parane tai ne pahenevat lääkärin ilmoittaman ajan kuluessa, ota yhteyttä lääkäriin, sillä uusintakäynti voi olla tarpeen**



## Nuha? Flunssa? Hoida itseäsi ilman antibiootteja!

Mitä tehdä, jos sinulla on nuha tai flunssa eikä lääkäri määrää sinulle antibiootteja?

1. Lepää ja pidä huolta itsestäsi, että parane
2. Juo runsaasti nestehukan välttämiseksi
3. Kysy lääkäriltä muista kuin antibioottihoidoista, joilla voidaan lievittää oireita, kuten nenän tukkoisuutta, kurkkukipua, yskää jne

**Jos oireesi eivät parane tai ne pahenevat lääkärin ilmoittaman aikarajan kuluessa, ota yhteyttä lääkäriin, sillä uusintakäynti voi olla tarpeen.**