



Antibiotika?

– nur bei Bedarf!

Der Einsatz von Antibiotika kann dazu führen, dass Bakterien resistent gegen Antibiotika werden. Es kann also schwieriger werden, eine neue Infektion zu behandeln. Antibiotika sollten nur verwendet werden, wenn es nötig ist, und nicht einfach sicherheitshalber.

REGION
SJÆLLAND



-vi er til for dig

Es ist nicht immer notwendig, Infektionen mit Antibiotika zu behandeln, da viele Infektionen von selbst weggehen. Das körpereigene Immunsystem bekämpft ganz effektiv viele häufige Infektionen, die durch Bakterien oder Viren verursacht werden.



Virusinfektionen gehen ohne Behandlung mit Antibiotika von selbst vorüber

Was sind Antibiotika und wann funktionieren sie?

Antibiotika ist ein Oberbegriff für viele verschiedene Arten von Medikamenten, die verwendet werden, um durch Bakterien verursachte Infektionen zu bekämpfen. Das bekannteste Antibiotikum ist Penicillin.

Antibiotika helfen nur bei bakteriellen Infektionen und haben keine Wirkung bei Infektionen, die durch Viren oder Pilze verursacht werden. Der Arzt kann durch verschiedene Untersuchungen in einigen Fällen feststellen, ob die Infektion durch ein Bakterium verursacht worden ist.

Antibiotika sollten nicht »sicherheitshalber« gegeben werden, weil dadurch das Risiko erhöht, resistente Bakterien zu entwickeln. Zusätzlich besteht das Risiko von Nebenwirkungen wie Durchfall, Magenschmerzen und Allergien. In einigen Fällen kann die Verwendung von Antibiotika Ihren Krankheitszustand noch verschlimmern. Antibiotika können die nützlichen Bakterien des Körpers töten und krankheitserregenden Bakterien oder Pilzen Raum geben.

Resistente Bakterien

Resistente Bakterien sind Bakterien, die gegen ein oder mehrere Antibiotika widerstandsfähig sind. Resistente Bakterien entwickeln sich, weil sich die Bakterien an Antibiotika gewöhnen. Je mehr Antibiotika verwendet werden, desto mehr resistente Bakterien entstehen.

Es gibt einen erhöhten Konsum an Antibiotika in Dänemark, was Zahl der resistenten Bakterien erhöht, und damit wird es schwieriger, Infektionen zu behandeln. Daher ist es wichtig, Antibiotika nur bei Bedarf zu verwenden.

Behandlung mit Antibiotika

In einigen Fällen wird der Arzt eine Behandlung mit Antibiotika empfehlen, um die Entwicklung einer Infektion zu verhindern. Nehmen Sie nur die Antibiotika, die Ihnen Ihr Arzt verschrieben hat. Die Art des Antibiotikums hängt davon ab, welche Bakterien die Infektion verursacht haben und wo im Körper sich die Infektion befindet.

Wenn Sie Antibiotika erhalten, ist es wichtig, dass Sie die Anweisungen Ihres Arztes befolgen. Dies gilt auch dann, wenn Sie sich bereits vor Beendigung der medikamentösen Therapie gesund fühlen. Wenden Sie sich in diesem Fall an Ihren Arzt und Fragen Sie, ob es in Ordnung ist, die Behandlung zu beenden.

Ansteckung vermeiden

Das Risiko, Infektionen zu bekommen oder andere anzustecken, kann durch häufiges und gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife oder mit alkoholischem Händedesinfektionsmittel reduziert werden. Verwenden Sie ein sauberes Handtuch und teilen Sie sich kein Handtuch mit anderen, wenn Sie oder andere krank sind. Niesen und Husten Sie in ein Einwegtaschentuch oder ggf. in den Ärmel.

Infektionen aus dem Ausland

Vielerorts im Ausland sind Bakterien verbreitet, die gegen die Antibiotika resistent sind, die in Dänemark üblicherweise verwendet werden. Informieren Sie deshalb Ihren Arzt, wenn Sie im Ausland oder unmittelbar nach der Heimkehr krank geworden sind.

Tipps für die häufigen Infektionen

Erkältungen und Husten

Erkältungen verschwinden von selbst, da sie immer durch Viren verursacht werden. Kann bis zu 2 Wochen dauern. Husten ist ein Symptom, das hilft, die Atemwege zu reinigen.

- Nehmen Sie reichlich Flüssigkeit zu sich und ruhen Sie sich bei Bedarf aus.
- Verstopfte Nase und Husten können gemildert werden durch:
 - Salzwasserspray oder -tropfen* (besonders bei Kleinkindern).
 - Rezeptfreie Nasensprays oder -tropfen gegen verstopfte Nase für maximal 10 Tage anwenden.
 - Anheben des Kopfendes beim Liegen.**
 - Hustenlindernde Medikamente sollten nur für die Nacht verwendet werden, und vorzugsweise in Absprache mit dem Arzt.
- Zur Linderung von Kopfschmerzen oder zur Fiebersenkung können rezeptfreie schmerzlindernde Medikamente (z. B. Paracetamol) genommen werden.

Kontaktieren Sie einen Arzt bei Atembeschwerden oder Verschlechterung des Zustands mit Fieber. Bei kranken Kindern sollte der Arzt bei mehrtägigem hohem Fieber oder bei langanhaltenden Hustenanfällen, die das Kind schwächen, kontaktiert werden.



*Antibiotika nur
verabreichen,
wenn es dafür
einen Grund gibt*



Halsschmerzen (Halsentzündung)

Halsschmerzen sind in der Regel durch Viren verursacht und gehen von selbst vorüber. Kann bis zu 1 Woche dauern.

- Nehmen Sie reichlich Flüssigkeit zu sich und ruhen Sie sich bei Bedarf aus.
- Schluckbeschwerden können durch weiche Kost, Eis, heiße und kalte Getränke und rezeptfreie schmerzlindernde Medikamente (zum Beispiel Paracetamol), die auch das Fieber senken, gelindert werden.

Wenden Sie sich an Ihren Arzt, wenn nach 3 Tagen keine Linderung eintritt. Bei kranken Kindern sollte der Arzt nach 2 Tagen mit Symptomen oder Fieber kontaktiert werden.

Grippe

Grippe wird immer durch einen Virus verursacht und geht von selbst vorbei. Kann bis zu 2 Wochen dauern. Müdigkeit und Husten dauern in der Regel ein wenig länger.

- Nehmen Sie viel Flüssigkeit ein (besonders bei hohem Fieber) und ruhen Sie sich aus.
- Kühlen Sie den Körper bei Fieber; tragen Sie beispielsweise nur ein wenig Kleidung, schlafen Sie mit einem Laken anstelle einer Bettdecke und verwenden Sie kühle Tücher.
- Um Schmerzen zu lindern oder das Fieber zu senken, werden rezeptfreie schmerzlindernde Medikamente (z. B. Paracetamol) genommen.
- Siehe auch unter »Erkältungen und Husten«.

Wenden Sie sich bei Atembeschwerden an einen Arzt. Bei kranken Kindern sollte der Arzt bei mehrtägigem hohem Fieber kontaktiert werden. Patienten mit geschwächtem Immunsystem, Herz- und Lungenkranke und ältere Menschen sollten bei beeinträchtigtem Allgemeinzustand oder Verschlechterung den Arzt rufen.



*Antibiotika
NIEMALS einfach
»sicherheitshalber«
geben*



Schmerzen in den Nasennebenhöhlen (Nebenhöhlenentzündung)

Schmerzen in den Nasennebenhöhlen sind in der Regel durch Viren verursacht und gehen von selbst vorüber. Kann mehrere Wochen anhalten.

- Schmerzen in den Nasennebenhöhlen können gemildert werden durch:
 - Anheben des Kopfendes beim Liegen**.
 - Rezeptfreie schmerzstillende Medikamente (z. B. Paracetamol).
 - Rauchen vermeiden.
- Bei verstopfter Nase wird die Nase mit Salzwasser gespült. Verwenden Sie bei Bedarf eine Nasendusche. Rezeptfreie Nasensprays oder -tropfen gegen verstopfte Nase für maximal 10 Tage können auch verwendet werden.

Wenden Sie sich an einen Arzt, wenn die Symptome mehr als 1 Woche anhalten oder sich der Zustand verschlechtert.

Eiter in den Augen/rote Augen (Augenentzündung)

Augenentzündung ist in der Regel durch Viren verursacht und geht von selbst vorüber. Kann bis zu 2 Wochen dauern.

- Augenentzündung lässt sich lindern durch:
 - Entfernen von Ausfluss am Auge mehrmals täglich mit einem Wattepad/Schaumstofftuch, getränkt in abgekochtem lauwarmem Wasser (vorzugsweise Salzwasser*). Verwenden Sie ein neues Wattepad/Schaumstofftuch für jedes Abwischen, und waschen Sie vorher und nachher die Hände.

Kontaktieren Sie Ihren Arzt bei Lichtempfindlichkeit, Schmerzen in den Augen, Beeinträchtigung des Sehvermögens oder wenn sich nach 2 Tagen Behandlung keine Verbesserung einstellt.

Ohrenschmerzen (Mittelohrentzündung)

Ohrenschmerzen sind in der Regel durch Viren verursacht und gehen von selbst vorüber. Kann bis zu 3 Tage dauern.

- Nehmen Sie reichlich Flüssigkeit zu sich und ruhen Sie sich bei Bedarf aus.
- Ohrenschmerzen können gelindert werden durch:
 - Rezeptfreie schmerzstillende Medikamente (z. B. Paracetamol).
 - Anheben des Kopfendes beim Liegen oder durch aufrechtes Sitzen.
 - Reduzieren der Dichtheit der Nase, wenn sie verstopft ist (siehe unter »Erkältungen und Husten«).

Der Arzt sollte kontaktiert werden, wenn

- die Schmerzen durch die schmerzlindernde Behandlung nicht gelindert werden
- die Schmerzen nicht innerhalb von 2-3 Tagen abnehmen
- die Antibiotikabehandlung nicht zur Genesung führt
- es dem Kind immer schlechter geht
- mehr als 2 Tage Ausfluss aus dem Ohr kommt
- das Kind eine Drainage in den Ohren hat
- das Kind unter 6 Monate alt ist
- das Kind unter 2 Jahren ist und doppelseitige Infektion oder hohes Fieber und einen beeinträchtigten Allgemeinzustand hat.



*Verschiedene
Antibiotika
beeinflussen
verschiedene
Bakterien*



* Sterile Kochsalzlösung kann gekauft werden. Sie können auch Salzwasser selbst machen, indem Sie einen gestrichenen Teelöffel Salz in ½ Liter kochendes Wasser geben. Das Wasser vor Gebrauch abkühlen.

** Das Kopfende des Bettes kann erhöht werden, indem unter die Beine am Kopfende Ziegel oder Bücher oder unter Matratze oder Kopfkissen gefaltete Handtücher oder Kissen gelegt werden.

Wenn Ihr Kind Medikamente braucht

Manche Kinder mögen es nicht, Medikamente zu nehmen. Die folgenden allgemeinen Hinweise und Tipps können es für das Kind leichter machen.

- Erklären Sie dem Kind, warum die Medizin notwendig ist, und lassen Sie das Kind an der Planung der Behandlung teilnehmen. Hängen Sie den Plan an einem Ort auf, an dem das Kind ihn leicht sieht, z. B. am Kühlschrank.
- Bleiben Sie ruhig und bestimmt aber nicht hart oder bedrohlich, wenn das Medikament gegeben werden soll. »Bestechung« kann notwendig sein, damit das Kind zusammenarbeitet. Denken Sie daran, das Kind zu loben, wenn es seine Medizin genommen hat.
- Es gibt verschiedene Arten von Medikamenten für Kinder, z. B. flüssige Medikamente und Tabletten, die auf der Zunge zergehen sollen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die Art der Medizin, die am besten für Ihr Kind und die aktuelle Krankheit ist.

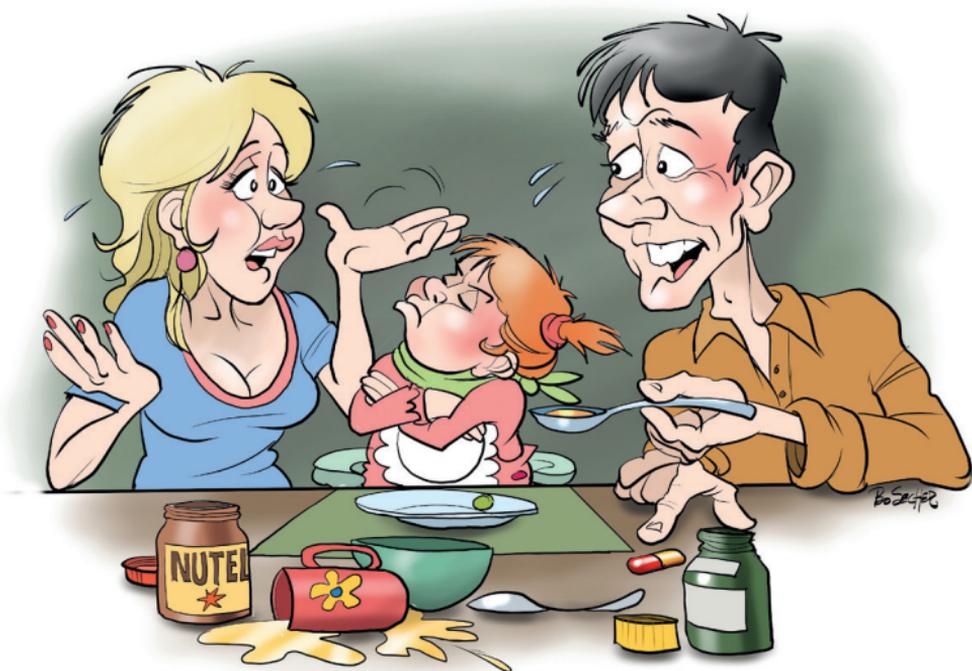
Tipps für die verschiedenen Arten von Medikamenten

Tabletten (Pillen):

- Kinder können Schwierigkeiten haben, Tabletten zu schlucken, und sollte nie gezwungen werden, dies zu tun, da sie sich verschlucken können.
- Die meisten Tabletten können geteilt/zerkleinert und mit einem Löffel Joghurt oder ein bisschen Limonade gemischt werden. Es ist wichtig, dass das Medikament so wenig wie möglich vermischt wird, um sicherzustellen, dass das Kind alles einnimmt und damit die richtige Dosis bekommt. Fragen Sie in der Apotheke, ob die Tabletten Ihres Kindes geteilt/zerkleinert werden dürfen.

Flüssige Arzneimittel (Mischung):

- Je kälter die Medizin, desto besser schmeckt sie.
- Wenn das flüssige Medikament nicht in einem Kühlschrank gelagert werden kann, können Sie dem Kind vor und nach Vergabe des Medikaments einen Löffel Eis geben.



*Bewahren Sie Ruhe
und denken Sie daran,
das Kind zu loben,
wenn es seine Medizin
genommen hat.*

- Bei unserem Geschmackssinn spielt die Nase eine wesentliche Rolle. Halten Sie daher dem Kind die Nase zu.
- Mit einer Einwegspritze kann das Medikament in den hinteren Bereich des Mundes injiziert werden, um den automatischen Schluckreflex auszulösen. Seien Sie sich des Risikos bewusst, einen Würgereflex zu verursachen.

Nasentropfen, Nasensprays, Ohrentropfen und Augentropfen:

- Nasentropfen, Nasensprays und Ohrentropfen fühlen sich weniger unangenehm an, wenn sie vorher zwischen den Händen oder unter dem warmen Wasserstrahl erwärmt werden.
- Augentropfen sind nach der Vergabe oft im Mund zu schmecken. Geben Sie Ihrem Kind daher ein wenig zu essen oder zu trinken, um den Geschmack zu verbergen.

Zäpfchen:

- Zäpfchen müssen in das Rektum mit dem flachen Ende zuerst eingeführt werden. Damit ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass das Zäpfchen an Ort und Stelle bleibt.
- Zur Erleichterung des Einführens kann das Zäpfchen in ein wenig lauwarmem Wasser eingeweicht oder mit ein wenig Vaseline eingeschmiert werden. Das Zäpfchen muss dann sofort eingeführt werden, um zu verhindern, dass es schmilzt.

Tabletten, die im Mund schmelzen (Schmelztabletten):

- Die Schmelztablette wird auf die Zunge gelegt, so dass sie schmelzen kann.
- Die Schmelztablette kann auch in einem Glas Wasser aufgelöst werden, das das Kind zu trinken bekommt.

Bitten Sie den Apotheker um Hilfsmittel zum Zerstoßen/
Teilen von Tabletten und um Hilfsprodukte, die es dem Kind erleichtern, seine Medizin zu schlucken.

Wenn Sie rezeptfreie Medikamente verwenden

Befolgen Sie immer die Anweisungen auf der Packung oder die Anweisungen Ihres Arztes. Medikamente sollten nicht bei Kindern unter 2 Jahren ohne ärztliche Beratung verwendet werden.

Möchten Sie mehr erfahren?

Wenn Sie mehr über Infektionen und die Verwendung von Antibiotika wissen möchten, dann können Sie auf folgenden Websites mehr erfahren: regionsjaelland.dk/antibiotika (auf Dänisch), antibiotikaellerej.dk (auf Dänisch), patienthaandbogen.dk (auf Dänisch), www.illchild.com (auf Englisch) und www.illadult.com (auf Englisch).



Region Seeland
Qualität und Entwicklung
Alléen 15
DK-4180 Sorø
Telefon +45 70 15 50 00
www.regionsjaelland.dk
kvalitetudvikling@regionsjaelland.dk
lmenheden@regionsjaelland.dk