



# Antibiotika?

– kun når det er nødvendigt!

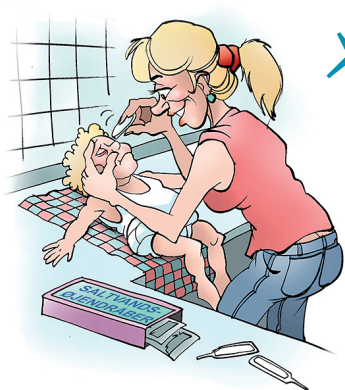
Brug af antibiotika kan føre til, at bakterierne bliver modstandsdygtige over for antibiotika. Det kan dermed blive sværere at få bugt med en ny infektion. Antibiotika skal kun bruges når der er behov for det, og ikke blot for en sikkerheds skyld.

REGION  
SJÆLLAND



*- vi er til for dig*

Det er ikke altid nødvendigt at behandle infektioner med antibiotika, da mange infektioner går over af sig selv. Kroppens eget immunforsvar er effektivt mod mange almindelige infektioner, der skyldes bakterier eller virus.



*Virusinfektioner går over af sig selv uden behandling med antibiotika*

### **Hvad er antibiotika, og hvornår virker det?**

Antibiotika er en fælles betegnelse for mange forskellige typer medicin, der bruges til at bekæmpe infektioner, som skyldes bakterier. Det mest kendte er penicillin.

Antibiotika virker kun på infektioner med bakterier og har ingen virkning på infektioner, der skyldes virus eller svamp. Lægen kan ved forskellige undersøgelser i nogle tilfælde afgøre, om infektionen skyldes en bakterie eller ej.

Antibiotika skal IKKE gives »for en sikkerhed skyld«, da det øger risikoen for udviklingen af resistente bakterier. Desuden er der risiko for bivirkninger som diarré, ondt i maven og allergi. I visse tilfælde kan brug af antibiotika gøre dig mere syg. Antibiotika kan slå kroppens nyttige bakterier ned og give plads til sygdomsfremkaldende bakterier eller svampe.

## **Resistente bakterier**

Resistente bakterier er bakterier, der er modstandsdygtige over for et eller flere antibiotika. Resistente bakterier bliver udviklet, fordi bakterierne vænner sig til antibiotika. Jo mere antibiotika der bruges, jo flere resistente bakterier udvikles der.

Der er et øget forbrug af antibiotika i Danmark, hvilket øger antallet af resistente bakterier, og dermed bliver det vanskeligere at behandle infektioner. Derfor er det vigtigt kun at anvende antibiotika, når det er nødvendigt.

## **Behandling med antibiotika**

I nogle tilfælde vil lægen anbefale en behandling med antibiotika for at undgå, at en infektion udvikler sig. Tag kun antibiotika, som din læge har udskrevet til dig. Typen af antibiotika afhænger nemlig af, hvilke bakterier der er årsag til infektionen, og hvor i kroppen infektionen er.

Når du får antibiotika, er det vigtigt, at du følger lægens anvisning. Det gælder også, selvom du føler dig rask, inden kuren er slut. Tag evt. kontakt til din læge og spørg om det er i orden at stoppe behandlingen.

## **Undgå smitte**

Risikoen for at få infektioner eller smitte andre kan mindskes ved at vaske hænder ofte og grundigt med sæbe eller ved at bruge håndsprit. Brug et rent håndklæde, og del ikke håndklæde med andre, når du eller andre er syge. Nys og host i et engangslømmetørklæde eller eventuelt i ærmet.

## **Infektioner fra udlandet**

Mange steder i udlandet er det almindeligt med bakterier, der er resistente over for de antibiotika, der normalt anvendes i Danmark. Fortæl derfor din læge, hvis du er blevet syg i udlandet, eller umiddelbart efter, at du er kommet hjem.

# Gode råd ved almindelige infektioner

## Forkølelse og hoste

Forkølelse går over af sig selv, da det altid skyldes virus. Kan vare i op til 2 uger. Hoste er et symptom, der hjælper til at rense luftvejene.

- Indtag rigeligt med væske og sørg for hvile ved behov.
- Tilstoppet næse og hoste kan lindres ved:
  - Saltvandsspray eller –dråber\* (særligt hos småbørn).
  - Håndkøbsnæsespray eller –dråber mod tilstoppet næse i max 10 dage.
  - At hæve hovedgærdet, når du ligger ned.\*\*
  - Hostestillende medicin bør kun anvendes til natten, og gerne i samråd med lægen.
- Til lindring af hovedpine eller for at få feberen til at falde, tages smertestillende håndkøbsmedicin (for eksempel paracetamol).

Kontakt læge ved vejrtrækningsbesvær eller forværring af tilstand med udvikling af feber. Ved syge børn bør lægen kontaktes ved høj feber gennem flere dage eller langvarige hosteanfald, der udmatter barnet.



*Antibiotika skal kun gives, når der er grund til det*





## Ondt i halsen (halsbetændelse)

Ondt i halsen skyldes oftest virus og går over af sig selv. Kan vare i op til 1 uge.

- Indtag rigeligt med væske og sørg for hvile ved behov.
- Synkesmerter kan lindres med blød kost, is, varme og kolde drikke og smertestillende håndkøbsmedicin (for eksempel paracetamol), der også får feberen til at falde.

Kontakt læge, hvis der ikke er bedring efter 3 dage. Ved syge børn bør lægen kontaktes efter 2 dage med symptomer eller feber.

## Influenza

Influenza skyldes altid virus og går over af sig selv. Kan vare i op til 2 uger. Træthed og hoste varer generelt lidt længere.

- Indtag rigeligt med væske (særligt ved høj feber), og sørg for hvile.
- Afkøl kroppen ved feber; brug for eksempel kun lidt tøj, sov med et lagen i stedet for dyne, og brug kølige klude.
- Til lindring af smerter eller for at få feberen til at falde, tages smertestillende håndkøbsmedicin (for eksempel paracetamol).
- Se også under »Forkølelse og hoste«.

Kontakt læge ved vejrtrækningsbesvær. Ved syge børn bør lægen kontaktes ved høj feber gennem flere dage. Patienter med nedsat immunforsvar, hjerte- og lunge-syge og ældre bør kontakte lægen ved meget påvirket almentilstand eller forværring.



*Antibiotika skal  
IKKE gives »for en  
sikkerheds skyld«*



### **Ondt i bihulerne (bihulebetændelse)**

Ondt i bihulerne skyldes oftest virus og går over af sig selv. Kan vare ved i flere uger.

- Ømhed i bihulerne kan lindres ved:
  - At hæve hovedgærdet, når du ligger ned\*\*.
  - Smertestillende håndkøbsmedicin (for eksempel paracetamol).
  - Undgå rygning.
- Ved tilstoppet næse skylles næsen med saltvand. Brug eventuelt næsehorn. Håndkøbsnæsespray eller -dråber mod tilstoppet næse i max 10 dage anvendes også.

Kontakt læge ved symptomer ud over 1 uge eller forværring af tilstand.

### **Pus i øjnene/røde øjne (øjenbetændelse)**

Øjenbetændelse skyldes oftest virus og går over af sig selv. Kan vare i op til 2 uger.

- Øjenbetændelse kan lindres ved:
  - At fjerne udflåd ved øjet med vatrundel/skumklud, vædet med kogt lunkent vand (gerne saltvand\*) flere gange dagligt. Brug ny vatrundel/skumklud til hver aftørring, og vask hænder før og efter.

Kontakt læge ved lys skyhed, smerter i øjet, synspåvirkning, eller hvis der ikke er bedring efter 2 døgn behandling.

## Ondt i ørerne (mellemørebetændelse)

Ondt i ørerne skyldes oftest virus og går over af sig selv. Kan vare i op til 3 dage.

- Indtag rigeligt med væske og sørg for hvile ved behov.
- Øresmerter kan lindres ved:
  - Smertestillende håndkøbsmedicin (for eksempel paracetamol).
  - At hæve hovedgærdet, når du ligger ned, eller ved at sidde oprejst.
  - At mindske tætheden i næsen, hvis den er tilstoppet (se under »Forkølelse og hoste«).

Lægen bør kontaktes hvis

- smerterne ikke lindres af den smertestillende behandling
- smerterne ikke aftager i løbet af 2-3 døgn
- antibiotikabehandlingen ikke fører til bedring
- barnet bliver tiltagende dårligere
- det flyder fra ørene i mere end 2 døgn
- barnet har dræn i ørene, bør lægen også kontaktes
- barnet er under 6 måneder
- barnet under 2 år har dobbeltsidig infektion eller høj feber og påvirket almen tilstand.



*Forskellige  
antibiotika virker  
på forskellige  
bakterier*



\* Sterilt saltvand kan købes. Du kan også lave saltvand selv ved at komme en strøget teske salt i ½ liter kogende vand. Køl vandet af før brug.

\*\* Hovedgærdet på sengen kan hæves ved at lægge klodser eller bøger under sengebenene ved hovedenden eller lægge foldede håndklæder eller puder under hovedenden af madrassen eller hovedpudden.

# Når dit barn skal have medicin

Nogle børn bryder sig ikke om at tage medicin. Nedenstående generelle råd og tips kan gøre det lettere for barnet.

- Forklar barnet, hvorfor medicinen er nødvendig og lad barnet tage del i planlægning af behandlingen. Hæng planen op et sted, hvor barnet let ser den, fx på køleskabet.
- Bevar roen og vær bestemt når medicinen skal gives, dog ikke hård eller truende. Det kan være nødvendigt med »bestikkelse« for at få barnet til at samarbejde. Husk at rose barnet, når det har taget sin medicin.
- Der findes forskellige typer af medicin til børn, fx flydende medicin og tabletter, som skal smelte på tungen. Tal med lægen om, hvilken type medicin vil være bedst egnet til dit barn og til den aktuelle sygdom.

## Gode råd til de forskellige typer medicin

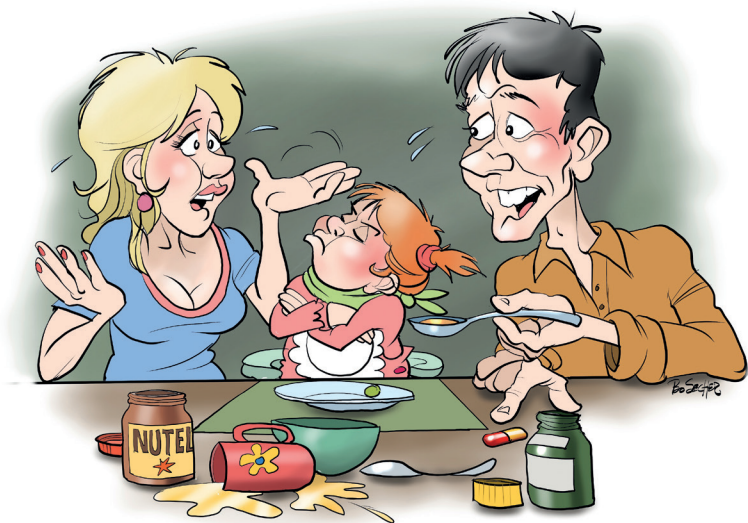
Tabletter (piller):

- Børn kan have svært ved at synke tabletter og må aldrig tvinges til det, da de kan få dem galt i halsen.
- De fleste tabletter kan deles/knuses og blandes med en ske yoghurt eller en smule saftvand. Det er vigtigt, at det medicinen blandes op i er så lidt som muligt for at sikre, at barnet spiser/drikker det hele og dermed får den rette dosis. Spørg apoteket om dit barns tabletter må deles/knuses.

Flydende medicin (mikstur):

- Jo koldere medicinen er, jo bedre smager den.
- Hvis den flydende medicin ikke må opbevares i køleskab, kan man give barnet en skefuld is før og efter medicineringen.





*Bevar roen og husk  
at rose barnet, når  
det har taget sin  
medicin.*

- Størstedelen af smagssansen kommer fra næsen. Hold gerne barnet for næsen.
- Ved hjælp af en engangssprøjte kan medicinen sprøjtes ude til siden bagerst i munden for at fremkalde automatisk synkereflex. Vær opmærksom på risikoen for at fremkalde brækrefleks.

Næsedråber, næsespray, øredråber og øjendråber:

- Næsedråber, næsespray og øredråber føles mindre ubehagelige, hvis de lunes mellem hænderne eller under den varme hane forinden.
- Øjendråber kan ofte smages i munden lige efter drypning, giv derfor barnet lidt at spise eller drikke for at skjule smagen.

Stikpiller:

- Stikpiller skal indføres i endetarmen med den flade ende først, herved er der større sandsynlighed for, at stikpillen bliver på plads.
- For at lette indføringen kan stikpillen dyppes i lidt lunkent vand eller smøres med lidt vaseline. Stikpillen skal herefter indføres med det samme for at undgå, at den smelter.

Tabletter, som smelter i munden (smeltetabletter):

- Smeltetabletten placeres på tungen, så den kan smelte.
- Smeltetabletten kan også opløses i et glas vand, som barnet kan drikke

Spørg apoteket om hjælpemidler til at knuse/dele tabletter og om hjælpemidler, som kan gøre det lettere for barnet at synke sin medicin.



## **Hvis du bruger håndkøbsmedicin**

Følg altid vejledningen på pakningen eller din læges anvisning. Medicin bør ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning.

## **Vil du vide mere?**

Hvis du ønsker mere viden om infektioner og brug af antibiotika, kan du læse mere på [regionsjaelland.dk/antibiotika](http://regionsjaelland.dk/antibiotika), [antibiotikaellerej.dk](http://antibiotikaellerej.dk), [patienthaandbogen.dk](http://patienthaandbogen.dk), [sygeboern.dk](http://sygeboern.dk) og [sygevoksne.dk](http://sygevoksne.dk).



Region Sjælland  
Kvalitet og Udvikling  
Alléen 15  
4180 Sorø  
Telefon 70 15 50 00  
[www.regionsjaelland.dk](http://www.regionsjaelland.dk)  
[kvalitetudvikling@regionsjaelland.dk](mailto:kvalitetudvikling@regionsjaelland.dk)  
[lmenheden@regionsjaelland.dk](mailto:lmenheden@regionsjaelland.dk)