



**Informacija pacientams**

**KELETAS PATARIMŲ,  
KAI ŠEIMOJE SERGAMA  
KVĖPAVIMO TAKŲ INFEKCIJA**

**Projektas LINKSMASIS AUDITAS (HAPPY AUDIT)  
Europos Sąjungos projektas šeimos gydytojams**



# VIRUSAS AR BAKTERIJA?

Trumpai kalbant, virusai sukelia virusines infekcijas, o bakterijos - bakterines infekcijas. Žinoma, yra ir kitų skirtumų.

Bakterijos dažniausiai plinta per kūno, pvz., rankų, kontaktą. Virusai yra daug mažesni už bakterijas ir dažniausiai labai lengvai plinta oru, tačiau per rankas taip pat galima užsikrėsti.

Geriausias būdas išvengti kai kurių virusinių infekcijų yra skiepai. Prieš gripo virusus, sukeliančius kvėpavimo takų infekcijas, turime vakciną, kuri ypač svarbi pagyvenusiems žmonėms, sergantiems lėtinėmis širdies ir plaučių ligomis. Higiena – svarbiausia priemonė, siekiant išvengti infekcijos plitimo. Daugelis infekcijų plinta per rankų kontaktą. Todėl dažnai plaukite rankas. Jei tik galite, naudokite popierines nosinaites ir nepūskite nosies sau į ranką ar tiesiog ore.

Atsiminkite, kad antibiotikai visiškai neveikia virusų, todėl jie nepadės sergant virusine infekcija.

## KADA GALI PADĖTI ANTIBIOTIKAI?

*Daugumą infekcijų, tame tarpe ir bakterinių, išgydo mūsų imuninė sistema, kuri iš tiesų yra labai efektyvi. Todėl tik tuomet, kai susergame sunkia bakterine infekcija, reikėtų vartoti antibiotikus.*

# ANTIBIOTIKAI – SVARBI VAISTŲ RŪŠIS

Tinkamai vartojami antibiotikai gali išgydyti kai kurias infekcines ligas ir išgelbėti gyvybes, tačiau, vartojami neteisingai, gali pakenkti.

Jei antibiotikus vartosime dažnai arba neteisingai, bakterijos gali tapti jiems atsparios, t.y. antibiotikai daugiau jų nebeveiks.

Ši problema daugelyje šalių tampa vis aktualesnė. Todėl labai svarbu, kad antibiotikus vartotume labai ribotai ir atsakingai, kitaip jie gali nebepadėti efektyviai kovoti su gyvybei pavojingomis infekcijomis.

Kai antibiotikai skiriami mažiems vaikams, svarbiausia, kad tėvai šiuos vaistus duotų tinkamai.

Visuomet klauskite savo gydytojo, ar jis tikrai įsitikinęs, kad antibiotikai reikalingi!

**“TAIGI, ANTIBIOTIKAI NEIŠGYDO VISŲ  
INFEKCIJŲ?”**

**- “TEISINGAI!”**

*Antibiotikai veikia tik bakterijų sukeltas infekcijas. Jie negydo virusinių infekcijų. Jei jūs susirgote virusine infekcija, antibiotikai jūsų neišgydys, nepagerins savijautos, neapsaugos kitų, kad neapsikrėstų nuo jūsų.*

# PERŠALIMAS

Peršalimas dažniausiai prasideda sloga, kartais karščiavimu. Po keleto dienų gali pradėti skaudėti gerklę ir atsirasti kosulys.

Dėl imuninės sistemos veiklos po kelių dienų atsiradusios geltonos ar žalios spalvos išskyros iš nosies dar nereiškia, kad sergate bakterine infekcija, kurią reikėtų gydyti antibiotikais. Paprastai peršalimas trunka 7-10 dienų.

Peršalimą sukelia šimtai įvairiausių virusų. Maži vaikai vidutiniškai peršąla 6-8 kartus, o suaugusieji apie keturis kartus kasmet.

Peršalimo diagnozei patvirtinti tyrimų atlikti nereikia.

Antibiotikai šiuo atveju ne tik nepadės, bet gali ir pakenkti bei turėti pašalinį poveikį.

*Peršalimo metu nereikia gydytojo konsultacijos ar gydymo antibiotikais. Užtenka nuskausminamųjų, temperatūrą mažinančių vaistų ir nosies lašų.*



# GERKLĖS UŽDEGIMAS

Jeigu jums skauda gerklę, tuo pat metu kosite ar sloguojate, vadinasi sergate virusine infekcija, kurią reikėtų gydyti, kaip ir peršalimą. Antibiotikai neturės jokio teigiamo poveikio.

Jeigu jums skauda gerklę, karščiuojate, blogai jaučiatės, bet nekosite ir nesloguojate, galbūt sergate bakterine infekcija. Nėra lengva pasakyti, ar ligą sukėlė bakterija (streptokokas), ar virusai. Gydytojui diagnozuoti ligą padeda streptokoko tyrimas. Jei tyrimo rezultatai rodo, kad bakterinę infekciją sukėlė streptokokas, galbūt padės penicilinas.

Kadangi daugumą bakterinių infekcijų įveikia mūsų pačių imuninė sistema taip pat greitai, kaip ir penicilinas, todėl jis skirtinas tik tiems, kurie serga itin sunkiai.



*Turėtumėte kreiptis į savo gydytoją, jeigu: jums skaudą vieną kaklo pusę, sunku išsižioti, negalite ryti seilių arba tuo pat metu karščiuojate, skauda gerklę ir jūsų savijauta yra bloga.*

# G R I P A S

Gripą sukelia labai agresyvus, greitai plintantis, virusas. Dažniausiai tuo pat metu serga daug jūsų kaimynų ir draugų.

Ligos simptomai – aukšta temperatūra, kosulys, gerklės, krūtinės, raumenų skausmas. Karščiavimas trunka 3-5 dienas, tačiau kosulys gali išlikti dar vieną kitą savaitę. Antibiotikai šios ligos negydo. Gerkite nuskausminamuosius, temperatūrą mažinančius vaistus ir, jei reikia, vaistus nuo kosulio. Likite namuose, kol pagerės savijauta.

*Jums nereikia gydytojo konsultacijos, nebent po 5-7 dienų savijauta negerėja arba sergate lėtine širdies ar plaučių liga.*

# S I N U S I T A S

Ūmus veido patinimas ar įsitempusi oda įspėja apie bakterinę infekciją, todėl reikėtų skubiai kreiptis į savo šeimos gydytoją.

Bakterinis veido daubų uždegimas gali prasidėti po peršalimo praėjus 7-10 dienų. Simptomai pasireiškia nosies užgulimu, aštriu veido ar dantų skausmu, kuris kartais būna vienpusis. Nuskausminamieji vaistai ir nosies lašai gali pagerinti savijautą. Pacientams, sergantiems bakteriniu sinusitu, gali padėti antibiotikai.

*Galvos skausmas, diskomfortas pasilenkus žemyn ir nosies užgulimas nėra bakterinio sinusito požymiai ir šie simptomai, vartojant antibiotikus, nedings.*

# AUSŲ INFEKCIJA

Ausų infekcijos, ypač vaikams gali sukelti ausų skausmą. Vienintelis šios ligos simptomas gali būti vaiko verksmas. Diagnozuojant ausų infekciją, reikia apžiūrėti ausų būgnelius.

Skubiai pradėti gydymą antibiotikais galima, jei vaikas yra jaunesnis nei 2 metų, jam pažeisti abiejų ausų būgneliai arba būgnelis perforavo, arba vaikas karščiuoja ir jo būklė yra bloga.

Net 60% vyresniems nei 2 metai vaikams, ausų skausmas praeina per 24 valandas, o 85% pasveiksta per 3 dienas, neskiriant gydymo antibiotikais.

Tik vienam vaikui iš 15, vyresniam nei 2 metai, antibiotikai gali sumažinti skausmą arba pagreitinti išgijimą.

*Pirmomis ligos dienomis reguliariai duokite skausmą mažinančius vaistus. Jei per 3 dienas vaiko sveikata negerėja, kreipkitės į savo šeimos gydytoją, kadangi šiuo atveju galbūt reikės antibiotikų.*

# BRONCHITAS

Kosulį dažniausiai sukelia virusai. Gripo virusas sukelia specifinį kosulį.

Bronchitas gali prasidėti kaip peršalimas arba pajutus sunkumą krūtinėje ar kvėpavimo takuose. Infekcija pasireiškia kosuliu, kartais su gleivėmis. Skreplių spalva dar nerodo bakterinės infekcijos, kurią reikėtų gydyti antibiotikais. Skreplių spalva tik rodo, kad imuninė sistema funkcionuoja gerai.

Sergant bronchitu, karščiavimas praeina per kelias dienas, bet kosulys gali trukti 2-3 savaites.

Antibiotikai nepagreitins pasveikimo ir nesumažins kosulio.

*Apsilankykite pas savo šeimos gydytoją, jei jums stipriai skauda krūtinę, sunku kvėpuoti arba sergate lėtine širdies ar plaučių liga.*

Informacija pacientams



Lundo universitetas  
Malmės Klinikinių mokslų Fakultetas  
Bendroji praktika/Šeimos medicina  
Malmės Universitetinė ligoninė  
SE-205 02 MALMĖ