



Correct antibiotica- gebruik

**Je gezondheid,
zó werk je eraan!**

www.lm.be



Het natuurlijke afweersysteem

De meeste virale en bacteriële infecties genezen spontaan na enkele dagen. In normale omstandigheden beschikt het lichaam over een natuurlijk afweersysteem tegen infecties. Het is slechts bij bepaalde bacteriële infecties, zoals een longontsteking en een bacteriële hersenvliesontsteking, dat het natuurlijk immuunsysteem er vaak niet in slaagt om snel en voldoende krachtig te reageren. Op dat moment zijn antibiotica noodzakelijk. Antibiotica zorgen ervoor dat de bacteriën zich niet verder vermenigvuldigen en geven je lichaam de kans om zich te verdedigen.

Antibiotica hebben geen effect op virussen (zoals bij griep, verkoudheid, acute bronchitis en de meeste vormen van keel- en oorontsteking), waardoor het zinloos is ze te nemen. Ook symptomen van een virale infectie, zoals koorts, hoofdpijn, vermoeidheid, hoesten en een lopende neus kunnen niet verholpen worden door antibiotica.

Enkel je arts kan oordelen over de ernst van een infectie en de noodzaak van antibiotica. Hiervoor kan bijkomend onderzoek, bijvoorbeeld via een bloed- of urinestaal, noodzakelijk zijn. Gebruik daarom nooit antibiotica zonder advies van je arts.



Wat zijn antibiotica?

Antibiotica zijn geneesmiddelen die alleen werken tegen infecties veroorzaakt door bacteriën. Antibioticum betekent letterlijk ‘tegen het leven’. Ze zorgen ervoor dat bacteriën niet verder kunnen groeien zodat je eigen afweersysteem de kans krijgt om zich te verweren. Antibiotica zorgen er dus niet voor dat je geneest. Het is je lichaam dat dit doet door een natuurlijke weerstand op te bouwen.

Belgen gebruiken nog steeds te veel antibiotica, ook wanneer dat niet nodig is. Dat is gevaarlijk, want door overmatig en onnodig gebruik worden bacteriën steeds resistentier (= minder gevoelig) voor antibiotica. Als je een infectie krijgt met een resistente bacterie, helpen de “gebruikelijke” antibiotica niet meer. Hierdoor is het veel moeilijker de bacterie te bestrijden.

Infecties die vandaag nog probleemloos met antibiotica genezen kunnen worden, zullen in de toekomst veel moeilijker te behandelen zijn als er niet verstandiger met antibiotica omgegaan wordt.

Bijwerkingen

Het nemen van antibiotica kan verschillende bijwerkingen hebben. Dit komt doordat ze niet alleen de schadelijke bacteriën aanvallen, maar ook de 'goede', zoals de bacteriën in de darmen.

Er zijn twee grote groepen van antibiotica.

Smalspectrumantibiotica zijn ontwikkeld tegen een beperkt aantal soorten bacteriën. Ze worden voorgeschreven als men precies weet welke bacterie je ziekte veroorzaakt. Ze zijn het meest aangewezen omdat ze niet actief zijn tegen andere, nuttige of onschadelijke bacteriën.

Breedspectrumantibiotica hebben een bredere werking en zijn actief tegen meerdere bacteriën. Deze zijn soms noodzakelijk omdat men niet weet welke bacterie je ziekte veroorzaakt of omdat meerdere bacteriën je ziek maken. Ze doden echter vaak ook nuttige of onschadelijke bacteriën.

Raadpleeg je arts als volgende klachten blijven aanhouden na een antibioticakuur:

- diarree;
- maaglast;
- schimmelinfecties van huid en slijmvliezen;
- allergische reacties, zoals jeuk of huiduitslag.

Zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven, kleine kinderen, personen met een nier- of leverziekte, personen met een allergie voor bepaalde stoffen en personen die geneesmiddelen nemen die de werking van antibiotica kunnen beïnvloeden, dienen extra voorzichtig te zijn. Verwittig je arts als je tot deze risicogroepen behoort.

Antibiotica goed gebruiken

Volg de voorgeschreven behandeling steeds nauwkeurig op als je antibiotica voorgeschreven krijgt. Alleen zo zullen alle bacteriën vernietigd worden en vermijd je resistente bacteriën.

Met de volgende vuistregels gebruik je antibiotica op een goede manier en voorkom je dat ze resistent worden:

- gebruik antibiotica enkel op voorschrift van een arts;
- volg het voorschrift juist op. Sla nooit een inname over en gebruik de voorgeschreven dosis op het voorgeschreven tijdstip;
- stop niet vroeger dan voorgeschreven, maar maak de antibioticakuur steeds af. Ook al voel je je na enkele dagen al beter;
- bewaar antibiotica niet. Hou nooit restjes bij om een volgende keer te gebruiken zonder medisch advies. Breng restjes antibiotica terug naar je apotheker.

Meer informatie over antibiotica en het gebruik ervan vind je op www.gebruikantibioticacorrect.be.

Word ook Antibiotic Guardian

Wanneer was de laatste keer dat je een infectie had? Je was waarschijnlijk niet erg ongerust, want je weet dat de artsen tegenwoordig veel kunnen verhelpen. Maar het probleem is nu dat bepaalde antibiotica niet meer zo goed werken als vroeger om bacteriën onschadelijk te maken. Bacteriën zijn resistent geworden. Er zijn zelfs sommige bacteriën die nu volledig resistent zijn tegen alle antibiotica.

Dit is wereldwijd één van de grootste bedreigingen. En het probleem zal alleen maar erger worden als er geen gedragsverandering optreedt.

Om de resistentie af te remmen, moet het onnodig gebruik van antibiotica drastisch verminderen. Hiervoor kun je gelukkig ook zelf iets doen door een 'Antibiotic Guardian' te worden. **Kies zelf met welke eenvoudige belofte jij je wilt inzetten voor het beter gebruik van antibiotica op www.antibioticguardian.com/dutch en nodig anderen uit om hetzelfde te doen.**

'Antibiotic Guardian' ondersteunt de 'UK Antimicrobial Resistance strategy', de Europese Antibioticadag (18 november) en de Wereld Antibioticaweek en heeft de steun van de Belgische Commissie voor de Coördinatie van het Antibioticabeleid (BAPCOC).



LM MUTPLUS.be

Koninginneplein 51-52 - 1030 Brussel

☎ 02 209 48 11 - 📠 02 219 01 54

✉ info@mutplus.be

LM Oost-Vlaanderen

Brabantdam 109 - 9000 Gent

☎ 09 223 19 76 - 📠 09 224 11 74

✉ info.ov@lm.be

LM Plus

Kalkoven 22 - 1730 Asse

☎ 0800 17 417

✉ info@lmplus.be



**Wij zijn echt met je
gezondheid bezig!**

**Ontdek LM op
www.lm.be**