BOLESNI STE?

Dajte tijelu vremena

Većinu infekcija dišnog sustava uzrokuju virusi i one prolaze same. Prosječno trajanje simptoma:

Upala uha — ≈ 8 dana

Grlobolja — ≈ 7–8 dana

Prehlada — ≈ 14 dana

Upala sinusa — 2–3 tjedna

Kašalj / bronhitis — do 3 tjedna

Što pomaže?

- ✔ Odmor i puno tekućine
- ✔ Lijekovi za snižavanje temperature i bolova
- ✔ Savjet vašeg liječnika/ljekarnika

Odmah se javite liječniku ako:

- otežano dišete ili vas boli u prsima
- je temperatura viša od 39 °C ili traje dulje od 3 dana
- imate ukočen vrat ili osip koji ne blijedi na pritisak
- ste smeteni ili neuobičajeno pospani
- vaše dijete mlađe od 3 mjeseca ima temperaturu ≥ 38 °C

Odgovorno korištenje antibiotika zajednička je briga svih nas. Svatko svojim izborima i ponašanjem pomaže da antibiotici i dalje djeluju te usporava širenje otpornih bakterija.



Imate ostatke antibiotika?

Ne bacajte ih u kućni otpad i ne ispirite ih u zahod ili sudoper. Ostaci antibiotika u tlu i vodi potiču razvoj otpornih bakterija.

Vratite ih u ljekarnu!

Ljekarne Splitsko-dalmatinske županije pobrinut će se za njihovo sigurno zbrinjavanje.

Antibiotici, kao i svi lijekovi, mogu imati nuspojave. Svaku sumnju na nuspojavu prijavite.

Saznajte više

who.int/health-topics/antimicrobial-resistance
antibiotic.ecdc.europa.eu
iskra.bfm.hr

ORGANIZATORI

KBC Split

LJEKARNA Splitsko-dalmatinske županije

SVEUČILIŠTE U SPLITU
MEDICINSKI FAKULTET
UNIVERSITY OF SPLIT
SCHOOL OF MEDICINE

SUORGANIZATORI

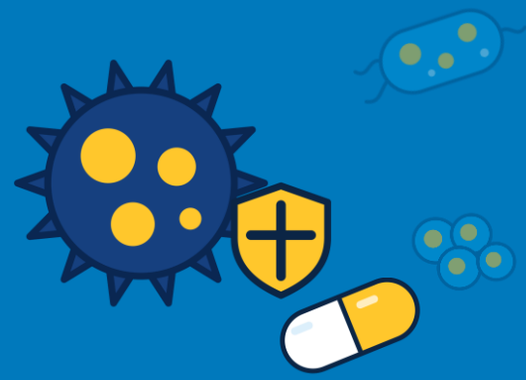
Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije
Dom zdravlja Splitsko-dalmatinske županije
Fakultet zdravstvenih znanosti Sveučilišta u Splitu

Placebo – studentska sekcija za kliničku farmakologiju MF u Splitu
PrevMed – studentska sekcija za javno zdravstvo MF u Splitu
CroMSIC Split – Međunarodna udruga studenata medicine Hrvatska

Izvori: Svjetska zdravstvena organizacija (SZO), Europski centar za sprečavanje i kontrolu bolesti (ECDC), Interdisciplinarna sekcija za kontrolu rezistencije na antibiotike (ISKRA).

18.–24. STUDENOGA 2026.

Antibiotik?
Samo kad treba!



Svaki nepotreban ili pogrešno uzet antibiotik pomaže bakterijama da postanu otporne. Tada i obične infekcije ponovno postaju opasne.

Svjetski tjedan svjesnosti o antimikrobnoj rezistenciji (WAAW) · 18.–24. studenoga 2026.
Europski dan svjesnosti o antibioticima · 18. studenoga

Jedno zdravlje, jedno djelovanje: spriječimo AMR sada!
One Health, one action: Prevent AMR now · #WAAW

ANTIMIKROBNA REZISTENCIJA (AMR)

Kad antibiotik prestane djelovati

AMR je otpornost mikroorganizama na lijekove koji su ih nekad uništavali. Tada se i obične infekcije teško liječe ili se ne mogu izliječiti.

Kako nastaju otporne bakterije?

1.  **Među bakterijama ima i poneka otporna.**
2.  **Antibiotik uništi osjetljive.**
3.  **Otporne prežive i množe se.**
4.  **Otporne bakterije mogu gene otpornosti predati i drugim bakterijama.**

35 000+ ljudi godišnje umre u EU od infekcija otpornim bakterijama

1 od 6 laboratorijski potvrđenih bakterijskih infekcija u svijetu otporna je na antibiotike



ili



Virus ili bakterija?

Antibiotici NE djeluju na viruse.

Antibiotik vam neće pomoći kod:

- ✗ **Prehlada**
- ✗ **Gripa**
- ✗ **COVID-19**
- ✗ **Većina grlobolja**
- ✗ **Većina kašlja i bronhitisa**
- ✗ **Curenje nosa**

MIT

Zelen ili žut sekret iz nosa znak je bakterijske infekcije koju treba liječiti antibiotikom.

ČINJENICA

Zelenkastu ili žućkastu boju sekretu daju obrambene stanice našeg imunosnog sustava. Takav se sekret javlja i kod virusnih infekcija, poput prehlade, stoga sama boja ne znači da je riječ o bakterijskoj infekciji i da je potreban antibiotik.

Boli vas zub?

Antibiotik nije lijek protiv bolova. Zub treba liječiti stomatolog, a antibiotik je potreban samo ako se infekcija širi.

5 pravila za pametnu uporabu



1. Uzimajte antibiotik **samo kad ga propiše** liječnik ili stomatolog.
2. Uzimajte ga **točno kako je propisano**: doza, razmak i trajanje.
3. **Ne dijelite** antibiotike i ne čuvajte ostatke „za drugi put".
4. Neiskorišteni antibiotik **vratite u ljekarnu**. U slučaju nove potrebe, bit će vam opet propisan.
5. **Ne tražite antibiotik.** Pitajte liječnika ili ljekarnika što će vam pomoći.

Spriječite infekciju

Manje infekcija znači i manje potrebe za antibioticima.



Perite ruke 20 sekundi



Cijepite se



Kišite i kašljite u lakat



Životinjama dajte antibiotik samo kad ga propiše veterinar

Jedno zdravlje: zdravlje ljudi, životinja, biljaka i okoliša međusobno je povezano.