

Voorkom besmetting met ongevoelige (multiresistente) bacteriën

Een aantal tips voor uw eigen verantwoordelijkheid

Overall bevinden zich bacteriën, ook in ons lichaam. Er zijn goede en slechte bacteriën. Slechte bacteriën kunnen ziektes veroorzaken. We worden continu besmet met bacteriën via de lucht, via contact met voorwerpen en via ons voedsel. Goede bacteriën in ons lichaam hebben een nuttige functie. Zij kunnen beschermen tegen ziekmakende bacteriën, maar dat lukt niet altijd. Als er teveel slechte bacteriën zijn of je eigen afweer niet goed werkt, kun je ziek worden. Wanneer je ziek wordt na een besmetting, is er sprake van een infectie en wordt antibiotica voorgeschreven om de bacterie te bestrijden. Helaas zijn er bacteriën die ongevoelig zijn voor meerdere antibioticagroepen. Dit noemen we multiresistent.

Gebruikelijke antibiotica helpen dan niet, met alle gevolgen van dien. Voorkomen is beter dan genezen. Eigen verantwoordelijkheid is belangrijk om besmetting van uzelf en anderen met deze bacteriën te voorkomen. Een eerste stap in het nemen van verantwoordelijkheid, is de bewustwording van het belang van het nemen van voorzorgsmaatregelen. De belangrijkste staan in dit document.

Neem er kennis van en help besmetting te voorkomen.

Zeggenschap en verantwoordelijkheid met betrekking tot:

1. Communicatie

In het contact tussen zorgvrager en zorgaanbieder bijdragen aan heldere communicatie. Dat wil zeggen:

- Informatie verstrekken

Informeer uw zorgverlener als er eerder een behandeling in het ziekenhuis in het buitenland heeft plaatsgevonden, ook in de Euregio. Indien u werkt op een veehouderij of deze regelmatig bezoekt, is het goed om dat te vermelden.

- Informatie inwinnen

Durf de zorgaanbieder te vragen om uitleg over de behandeling en over de mogelijkheid van resistente bacteriën en infectieziekten en wat u kunt doen om dit zoveel mogelijk te voorkomen. Informatie kan ook ingewonnen worden via het internet. Het is daarbij wel raadzaam om te checken bij de behandelend arts in hoeverre de gevonden informatie op u van toepassing kan zijn.

Voorkom besmetting met ongevoelige (multiresistente) bacteriën

Een aantal tips voor uw eigen verantwoordelijkheid

- Verwachtingen uitspreken

Communiceer open met uw zorgverlener om teleurstellingen en onduidelijkheden te voorkomen.

Verwachtingen kunnen over en weer worden uitgesproken en gevraagd.

2. Hygiëne

- Hygiënische maatregelen

Zorg voor een goede hygiëne om uzelf en anderen te beschermen tegen mogelijke resistente bacteriën .

Dat betekent concreet: regelmatig handen wassen en zorgvuldigheid bij het bereiden van voedsel (bijv. was groenten en fruit, gebruik niet dezelfde snijplank welke in contact is geweest met rauw vlees, verwerk geen rauwe eieren in gerechten die niet worden verhit).

- Hygiënische maatregelen bij ziekenbezoek

Ben extra voorzichtig wanneer u iemand bezoekt die ernstig ziek is. Het is vooral dan van belang om goede hygiënische maatregelen te nemen om de kans zo klein mogelijk te maken dat u een mogelijke resistente bacterie overdraagt.

3. Medicatie

- Beperk antibiotica-gebruik

Gebruik alleen antibiotica wanneer dit noodzakelijk- en voorgeschreven is. Zonder een duidelijke diagnose schaadt het krijgen van antibiotica eerder dan dat het goed doet.

- Bewust omgaan met medicatie

Volg instructies op als u een medicatie-behandeling van een arts krijgt, dit is van groot. Let hierbij op het tijdig innemen en het volledig opmaken van de kuur.

U bent SAMEN met uw behandelende zorgverlener verantwoordelijk voor uw gezondheid.