

Kaip sumažinti sepsio riziką?

- Laiku skiepykitės reikiamomis vakcinomis.
- Vartokite gydytojo paskirtus antibiotikus, net jei jaučiatės geriau.
- Laikykitės rankų higienos.
- Palaikykite sveiką svorį ir gyvenkite sveikai.
- Vadovaukitės medikų rekomendacijomis, jei sergate lėtinėmis ligomis.
- Stenkitės maitinti krūtimi (jei tai įmanoma).
- Vadovaukitės žaizdų priežiūros rekomendacijomis.

Pastabos

[illegible]

Svarbu

Jei užsikrėtėte infekcija ir jūsų būklė negerėja net vartojant antibiotikus, **tai gali būti sepsis, todėl skubiai kreipkitės pagalbos į sveikatos priežiūros specialistus.**



Vykite pas gydytoją arba į skubios pagalbos skyrių



Skambinkite 999 arba 112



Nebijokite paklausti
„Ar tai gali būti sepsis?“

**Daugiau informacijos apie sepsį
ieškokite adresu hse.ie/sepsis**

Į kitas kalbas išverstą
lankstinuką rasite
healthpromotion.ie

Skenuokite QR kodą ir
ieškokite sepsio, kad
peržiūrėtumėte.



Pasireiškė infekcija. Ar tai gali būti sepsis?



Kas yra sepsis?

Sepsis gali pasireikšti esant stipriai kūno reakcijai į infekciją.

Taip nutinka kai imuninė sistema reaguoja į infekciją ne taip, kaip turėtų.

Sepsis – tai gyvybei pavojinga būklė, pažeidžianti organus ir pasibaigianti 1 iš 5 sepsių susirgusių žmonių mirtimi.

Jei jums pasireiškė infekcija, žinokite sepsio požymius. Prireikus svarbu greitai kreiptis pagalbos.

Kam kyla rizika?

Sepsis gali išsivystyti visiems, kuriems pasireiškė infekcija, tačiau didžiausias pavojus kyla:

- 75 m. ir vyresniems
- turintiems tam tikrų sveikatos sutrikimų, pvz., sergantiems vėžiu, lėtine obstrukcine plaučių liga (LOPL), diabetu, lėtine inkstų arba kepenų liga
- tiems, kurių imuninė sistema yra silpna dėl ligos arba vartojamų vaistų, pvz., steroidų, imunosupresantų, biologinės arba chemoterapijos
- labai mažiems vaikams

Jei jums pasireiškė infekcija, atkreipkite dėmesį į sepsio požymius

Kartais sepsį gali būti sunku atpažinti. Jei jums pasireiškė virusinė arba bakterinė infekcija ir net jei vartojate antibiotikus ar kitus vaistus, atkreipkite dėmesį į sepsio požymius ir simptomus.

Kreipkitės į sveikatos priežiūros specialistus, jei nerimaujate dėl savęs ar prižiūrimo žmogaus.

Požymiai ir simptomai suaugusiems (įskaitant neseniai gimdžiusias)

S	Sutrikusi, neaiški kalba, naujas sutrikimas, žmogus per daug ligotas bendrauti, mieguistas.
E	Ekstremalus drebėjimas, raumenų skausmas, karščiavimas.
P	Nesišlapinimas per pastarąsias 12 valandų ir nenoras šlapintis.
S	Dusulys, pamėlę lūpos, padažnėjęs širdies plakimas, galvos svaigimas sėdantis arba stojantis.
I	Sergantysis jaučiasi taip, lyg mirs.
S	Oda taškuota ir pakeitusi spalvą, naujas bėrimas, kuris nepranyksta net prispaudus prie odos skaidrią stiklinę (stiklinės testas).

Sepsis po gimdymo

Nėštumas sąlygoja imuninės sistemos pokyčius, dėl kurių motina tampa mažiau atspari infekcijomis.

Tai reiškia, kad jūsų imuninė sistema gali nereaguoti į infekciją (ypač virusinę) taip greitai, kaip turėtų.

Tokie pokyčiai išlieka iki 6 savaičių po nėštumo, net pasibaigusio persileidimu arba abortu.



Sepsis vaikams

Jei jūsų vaikui pasireiškė infekcija ir net jei vartojate antibiotikus ar kitus vaistus, atkreipkite dėmesį į sepsio požymius ir simptomus.

Vaikams ir kūdikiams gali pasireikšti skirtingi sepsio simptomai.

Vaikams būdingi šie sepsio simptomai:

- labai dažnas kvėpavimas
- priepuoliai, konvulsijos
- dėmėta žydra arba blyški oda (neįprasta odos spalva)
- bėrimas, kuris nepranyksta paspaudus
- vaikas neįprastai mieguistas, sunkiai prabunda
- palietus vaikas atrodo neįprastai šaltas
- vaikas nesišlapina daugiau nei 12 valandų

jei vaikui yra mažiau nei 5 metai, ypač stebėkite, ar:

- jis nevalgo
- nuolat vemia
- sauskelnės yra nuolat sausos ir per pastarąsias 12 valandų jos buvo sausos jas keičiant

Tėvai ir globėjai geriausiai pažįsta savo vaikus, todėl jei nerimaujate, nedelsdami kreipkitės į sveikatos priežiūros specialistus.

Informacija apie sepsį



saugo gyvybes