

Kā samazināt sepses risku?

- Sekojiet līdzi vakcinēšanās kārtībai.
- Lietojiet antibiotikas tā, kā to ir noteicis ārsts, pat tad, ja jūtaties labāk.
- Rūpējieties par to, lai jūsu rokas būtu tīras.
- Uzturiet veselīgu svaru un dzīvesveidu.
- Ievērojiet ārsta ieteikumus, kas ieteikti hronisku slimību gadījumā.
- Ja iespējams, māmiņām jācenšas barot bērnu ar krūti.
- Ievērojiet norādījumus par brūču aprūpi.

Piezīmes

[illegible]

Svarīgi!

Ja jums ir infekcija un jūsu stāvoklis neuzlabojas, pat, ja lietojat antibiotikas, **ir pamats domāt par sepsi un steidzami meklēt medicīnisko palīdzību!**



Dodieties pie sava ārsta vai uz neatliekamās palīdzības nodaļu



Zvaniet pa tālruni 999 vai 112



Nebaidieties jautāt: "Vai tā varētu būt sepse?"

**Plašāku informāciju par sepsi skatīt
vietnē hse.ie/sepsis**

Šī brošūra ir pieejama
arī citās valodās vietnē
healthpromotion.ie

Noskenējiet šo QR kodu un meklējiet "sepse", lai apskatītu informāciju par to.



Man ir infekcija. Vai tā ir sepsis?



Kas ir sepse?

Sepse jeb asins saindēšanās var rasties, ja organismam ir ekstrēma reakcija uz jebkuru infekciju.

Tā notiek tad, kad imūnsistēma nereaģē uz infekciju tā, kā tai vajadzētu.

Sepse ir dzīvībai bīstams stāvoklis, kas bojā orgānus un ir letāls 1 no 5 ar to sasirgušajiem cilvēkiem.

Ja jums ir infekcija, jāzina, kādas ir sepses pazīmes! Ir svarīgi savlaicīgi saņemt ārstēšanu, ja tā ir nepieciešama.

Kas ir pakļauts riskam?

Sepses riskam var būt pakļauts ikviens, kam ir kāda infekcija, bet vislielākajam riskam ir pakļauti šādi cilvēki:

- vecāki par 75 gadiem
- tie, kuriem ir noteiktas saslimšanas, piemēram, vēzis, hroniska obstruktīvā plaušu slimība (HOPS), diabēts, hroniskas nieru vai aknu slimības
- tie, kam ir novājināta imūnsistēma dēļ slimības vai medikamentu, piemēram, steroīdu, imūnsupresantu, bioloģisko līdzekļu vai ķīmijterapijas, lietošanas
- ļoti mazi bērni

Ja jums ir infekcija, pievērsiet uzmanību sepses pazīmēm!

Var būt grūti konstatēt, ka tā ir sepse. Ja jums ir vīrusu vai baktēriju infekcija, pat, ja lietojat antibiotikas vai citus medikamentus, pievērsiet uzmanību pazīmēm un simptomiem!

Meklējiet medicīnisku palīdzību, ja esat noraizējies par sevi vai par kādu, kuru aprūpējat!

Pazīmes un simptomi pieaugušajiem (tostarp grūtniecēm)

S	Šļupstoša runa, jaunveidīgs apjukums, nespēja komunicēt, miegainība.
E	Spēcīgi drebuļi, muskuļu sāpes, drudzis.
P	Pēdējo 12 stundu laikā nav bijusi urinēšana un cilvēks nejūt vēlmi urinēt.
S	Elpas trūkums, lūpas kļūst zilgas, ir sajūta, it kā sirds dauzītos, reibonis gan sēžot, gan stāvēt.
I	Sajūta, ka tūlīt nomirs.
S	Āda kļūst plankumaina un ir mainījusi krāsu, parādās jauni izsitumi, kas ir redzami arī tad, ja tiem piespiež ar caurspīdīgu glāzi (t.s. glāzes tests).

Grūtniecības sepse

Grūtniecība izraisa izmaiņas imūnsistēmā, kas palielina iespēju saslimt ar infekcijām.

Tas nozīmē, ka imūnsistēma var nespēt tik ātri noreaģēt uz infekciju, īpaši vīrusu infekcijām.

Šīs izmaiņas saglabājas līdz pat 6 nedēļām pēc grūtniecības, pat spontānā aborta vai pārtrauktas grūtniecības gadījumā.



Sepse bērniem

Ja jūsu bērnam ir infekcija, neatkarīgi no tā, vai viņš lieto antibiotikas vai nē, pievērsiet uzmanību sepses pazīmēm un simptomiem!

Sepses simptomi zīdaiņiem un bērniem var atšķirties.

Sepses pazīmes un simptomi bērniem ir šādi:

- ļoti ātra elpošana
- lēkmes vai krampji
- plankumaina āda (nevienmērīgā krāsa), zilganā vai bālā krāsā
- izsitumi, kas neizzūd, kad uz tiem piespiež
- neparasta miegainība un grūtības pamosties
- neparasti vēsa āda
- vairāk nekā 12 stundas nav čurājis

Ja bērns ir jaunāks par 5 gadiem, sevišķi jāuzmanās, ja:

- bērns neēd
- atkārtoti vemj
- mainot autiņbiksītes, tās ir sausas un pēdējo 12 stundu laikā viņam nav bijušas slapjas autiņbiksītes

Vecāki un aprūpētāji vislabāk pazīst savus bērnus - ja jums ir bažas, nekavējoties meklējiet medicīnisku palīdzību!

Informētība par sepsi



Dzīvības glābšana