

Jak zmniejszyć ryzyko wystąpienia sepsy

- Przyjmowanie szczepień na bieżąco.
- Zazywanie przepisanych antybiotyków, nawet przy poprawie samopoczucia.
- Właściwa higiena rąk.
- Utrzymanie zdrowej wagi i stylu życia.
- Postępowanie zgodnie z zaleceniami lekarza w przypadku schorzeń przewlekłych.
- W przypadku młodych matek - karmienie piersią, jeśli to możliwe.
- Postępowanie zgodnie ze wskazówkami dotyczącymi pielęgnacji ran.

Notatki

[illegible]

Uwaga

W przypadku infekcji i braku poprawy stanu zdrowia, nawet w trakcie kuracji antybiotykowej, **należy wziąć pod uwagę sepsę i niezwłocznie zgłosić się po pomoc medyczną.**



Zgłoś się do lekarza lub na oddział ratunkowy



Zadzwoń pod numer 999
lub 112



Nie bój się zapytać:
„Czy to może być sepsa?”

Więcej informacji na temat sepsy można znaleźć na stronie hse.ie/sepsis

Niniejsza ulotka jest dostępna
w innych językach na stronie
healthpromotion.ie

Zeskanuj ten kod QR
i wyszukaj sepsę, aby
wyświetlić.



Mam infekcję. Czy to może być sepsa?



Co to jest sepsa?

Sepsa może rozwinąć się, gdy organizm gwałtownie reaguje na zakażenie.

Dzieje się tak, gdy odpowiedź układu odpornościowego na infekcję jest niewłaściwa.

Sepsa to choroba zagrażająca życiu, która uszkadza narządy i zabija 1 na 5 osób, u których występuje.

W przypadku infekcji, należy zapoznać się z objawami sepsy. Jeśli konieczne jest leczenie, musi zostać podjęte jak najwcześniej.

Kto jest zagrożony?

Na sepsę może być narażony każdy, kto ma infekcję, ale najbardziej zagrożone są osoby:

- w wieku powyżej 75 lat
- cierpiące na pewne schorzenia, takie jak rak, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), cukrzyca, przewlekła choroba nerek lub wątroby
- o słabym układzie odpornościowym z powodu choroby lub leków, takich jak sterydy, leki immunosupresyjne, leki biologiczne lub chemioterapia
- bardzo małe dzieci

W przypadku infekcji należy zwrócić uwagę na objawy sepsy

Sepsę trudno jest stwierdzić. W przypadku infekcji wirusowej lub bakteryjnej, nawet jeśli zażywa się antybiotyki lub inne leki, należy zwracać szczególną uwagę na objawy.

Osoby obawiające się o siebie lub podopiecznych, powinny zasięgnąć pomocy lekarskiej.

Objawy u osób dorosłych (w tym u kobiet w ciąży)

S	Niewyraźna mowa, wcześniej nie odczuwana dezorientacja, zbyt złe samopoczucie, aby się komunikować, senność.
E	Silne dreszcze, bóle mięśni, gorączka.
P	Nieoddawanie moczu w ciągu ostatnich 12 godzin i brak potrzeby oddania moczu.
S	Duszność, usta zabarwione na niebiesko, przyspieszone bicie serca, zawroty głowy w pozycji siedzącej lub stojącej.
I	Wrażenie, że się zaraz umrze.
S	Plamy i przebarwienia skóry, wysypka widoczna nawet po naciśnięciu skóry przezroczystym szkłem (test szklanki).

Sepsa okresu okołoporodowego

Ciąża powoduje zmiany w układzie odpornościowym, które zwiększają ryzyko infekcji.

Oznacza to, że układ odpornościowy może nie dość szybko reagować na infekcję, zwłaszcza infekcję wirusową.

Zmiany te utrzymują się do 6 tygodni po ciąży, nawet w przypadku poronienia lub aborcji.



Sepsa u dzieci

Jeśli dziecko ma infekcję, niezależnie od tego, czy przyjmuje antybiotyki, czy nie, należy zwracać uwagę na objawy sepsy.

Objawy sepsy mogą być różne u niemowląt i dzieci.

Do objawów sepsy u dzieci należą:

- bardzo szybki oddech
- napady drgawkowe
- przebarwienia skóry (nieregularny kolor) o bladym lub niebieskawym odcieniu
- wysypka, która nie znika po naciśnięciu
- niezwykła senność i trudności w budzeniu
- skóra dziecka niezwykle zimna przy dotyku
- dziecko nie oddawało moczu od ponad 12 godzin

Jeśli dziecko ma poniżej 5 lat, należy zwrócić szczególną uwagę na następujące objawy:

- nieprzyjmowanie pokarmu
- wymioty wielokrotnie
- sucha pieluszka przy zmianie, brak mokrej pieluszki przez ostatnie 12 godzin

Rodzice i opiekunowie znają swoje dzieci najlepiej – w razie obaw, należy niezwłocznie zasięgnąć porady lekarza.

Świadomość sepsy



Ratowanie życia