

# BioGaia®

Miért nem  
kaptam  
antibiotikumot?

kisokos felső légúti  
fertőzésekhez



Még több információ és jótanács:  
[www.biogaia.hu](http://www.biogaia.hu)



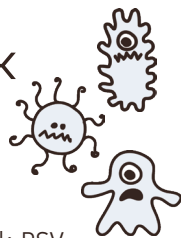
# A felső légúti fertőzések háttere

## Vírusok kontra baktériumok

Fájó vagy kaparó érzés a torokban, köhögés, láz, fejfájás, orrfolyás és orrdugulás, tüsszögés - a **felső légúti fertőzések** közismert tünetei.

**A háttérben az esetek 70%-ában vírusok állnak.**

Leggyakrabban rhinovírusok, de szóba jöhetnek korona- és adenovírusok, RSV, parainfluenza- és enterovírusok is. Ritkább esetben, főleg felülfertőződés esetén kell számolnunk - pl. Staphylococcus - baktériumokkal. **Bízzuk az orvost, mivel állunk szemben, és az milyen kezelést igényel!**



## Miért nem kell mindig antibiotikum?



Több info az  
antibiotikumokról:



Az antibiotikum gyógyszer, amely a szervezetünkben élő vagy megtelepedett baktériumokat elpusztítja, vagy szaporodásukat gátolja. **Számos olyan betegséget gyógyíthatunk ma vele, amelyek korábban akár életveszélyt jelenthettek.**

Azonban a legtöbb antibiotikum nem tesz különbséget a hasznos és a kórokozó baktériumok között. Így károsítja azokat is, amelyek szervezetünk egészséges működése - vagy betegség esetén természetes védekezőképességünk - szempontjából fontosak.

**Ezért az antibiotikum használata sok esetben, főleg vírusfertőzések esetében, felesleges, sőt káros.**

A felesleges vagy helytelen antibiotikum-használat miatt olyan baktériumok is kifejlődhetnek, amelyek ellenállnak az ismert hatóanyagoknak - az **antibiotikum-rezisztencia** ma már globális problémát jelent.

## Fontos tények az antibiotikumról

**IGEN**, az antibiotikum:

- ✓ Hatékonyan kezeli a baktérium okozta megbetegedéseket.
- ✓ Kizárólag az orvos javaslatára és előírása szerint alkalmazható!
- ✓ Mellékhatásai - pl. hasmenés, puffadás - ellen és a bélflóra védelme érdekében szedjük mellé az orvos által javasolt élőflórás készítményt!

**NEM**, az antibiotikum:

- ✗ Nem alkalmas vírusfertőzések gyógyítására.
- ✗ Nem abbahagyható, addig és úgy kell szedni, ahogy az orvos előírta.
- ✗ Nem kíméli a bélflóra hasznos baktériumait sem, ezzel gyengíti az immunrendszerünk természetes védekezőképességét.

## Kezelés

# 5 tipp, ha nincs szükség antibiotikumra

A megfázás tünetei általában három-négy nap alatt enyhülnek, de a teljes gyógyulás akár 10-12 napig is eltarthat. Fontos, hogy a beteg sokat pihenjen. Mi segíthet még a fertőzés leküzdésében?



### 1 | Láz- és fájdalomcsillapítás

Ha a beteg közérzete rossz, és a láza tartósan magas, az állapotát **lázcsillapítóval** lehet javítani, amelynek egyben fájdalomcsillapító hatása is van.



### 2 | Orális flóra (torokflóra) támogatása



A szájban és a torokban 700-800 féle baktérium, vírus és gomba él természetes szimbiózisban velünk. A **száj- és a torokflóra jelenti szervezetünk „kapuját”, elsődleges védelmi vonalát, és fontos része immunrendszerünknek**. Amikor kórokozó támadja meg ezt a flórát, természetes egyensúlya felborul, és a kórokozók elleni védekezőképessége lecsökken. Emiatt kiemelten fontos a torokflóra helyreállítása, támogatása felső légúti fertőzések esetén.



### 3 | Bő folyadék, akár ORS

Nagyon ajánlott. A bőséges folyadékbevitel nem csak az elvesztett vizet pótolja vissza, és rendezi a folyadék-háztartást - ami a gyógyulás alapvető feltétele -, de **segít a légutakban felgyűlt váladékokt fellazítani, üríteni is**.



### 4 | Immunrendszer támogatása

A vírussal az immunrendszerünknek kell megküzdenie, ezért javasolt étrend-kiegészítőkkel - pl. **D-vitaminnal és a bélflórát építő, élőflórás készítményekkel** -, magas rost- és vitamintartalmú ételekkel támogatni.



### 5 | FONTOS: a vírus továbbterjedésének megakadályozása

A felső légúti fertőzéseket okozó vírusok könnyedén, cseppfertőzéssel vagy közeli érintkezés útján terjednek. A hideg, száraz levegő is nekik kedvez. Ezért, amíg a tünetek fennállnak, **nem javasolt közösségbe menni**. Mossunk gyakran kezet, és **ügyeljünk a higiéniára!**

## Mikor kell újra felkeresni az orvost?

Ha a tünetek egy héten belül sem enyhülnek, vagy jól észlelhetően megváltoznak (pl. az orrváladék elszíneződik, szokatlan testtájakon jelentkezik fájdalom), vagy a testhőmérséklet napokon keresztül magas, mindenképp forduljunk újra az orvoshoz felülvizsgálatért.

## Jó egészséget, gyors gyógyulást kívánunk!



Jogszabályi figyelmeztetés: A fenti megállapítások a száj- és torokflóra, illetve az immunrendszer általános működését érintő információk, nem a L. reuterivel kapcsolatos egészségügyi állítások. A BioGaia készítményekben található baktériumtörzsek egyedi tulajdonságairól csak egészségügyi szakember (orvos, gyógyszerész, védőnő) nyújthat tájékoztatást.

# BioGaia®

## Sál, sapka, PHARAX®

Minden, amire  
a TOROKNAK  
szüksége van.



Lezárási dátum: 2026. január 30. 2026/F/02gy

Egyéb orvosi javaslatok:

.....

.....

.....

.....

.....