

## ZER EGIN AKAIN BATEK HOZKA EGITEN BADIZU?

Akain batek gaixotasun oso larri bat kutsatu dezakeela jakin behar duzu lehendabizi::

### Lyme Gaixotasuna

1. Bilatu akainaren burua.  
Ahoa azalari itsatxita:



2. Pintza estu batzuekin heldu gogor akainaren burua, azaletik ahal duzun gertuen:



3. Tira estu (firdi bakarrear) akainetik, akainaren ahoa azaletik atera arte:



4. Garbitu eskuak eta akainak hozka egindako lekua xaboia eta ur beroarekin:



Euskadiko Lyme Gaixotasunaren Elkartea  
[www.a-lyme.org](http://www.a-lyme.org)

## OSO GARRANTXITSUA

- Ezin baduzu zerorrek kendu, osasun zentrorra gerturatu argibide hauekin.
- Ez erabili inoiz alkohola, azetona, olioa ezta sua ere! Akaina erasotua sentitu dadila bakarrik lortuko duzu eta ondorioz listua askatzea, kutxatzeko aukerak handiagotuz
- Pintzak ez gira edo okertu, akainaren ahoa barruan gera daiteke hórrela, eta ez inoiz bularraldetik heldu.
- Zenbat eta denbora gehiago egon akaina zure gorputzari itsatxita gero eta aukera gehiago daude kutsatua izateko, ala ere kontutan izan Lyme gaixotasuna eta beste infekzio batzuk, akaina 24 ordu baino gutxiago itsatxita egonda ere kutsatuak izan daitezke.
- Adierazi zure medikuari tratamendu antibiotiko bat jarraitzea gomendatzen dela akain baten hozkadaren ondoren. Doxiciclina da gehien erabiltzen den antibiotikoa kasu hauetan.

**alyme** ASOCIACIÓN ENFERMEDAD  
DE LYME PAÍS VASCO