

متي يجب عليك الحصول على المساعدة

كيف تعتني بنفسك وبأسرتك

بدون مضادات حيوية،
الغالبية تكون أفضل قبل

العدوى التي أصابتك

العدوى التي أصابتك	كيف تعتني بنفسك وبأسرتك	بدون مضادات حيوية، الغالبية تكون أفضل قبل	العدوى التي أصابتك
<p>العلامات التالية يمكن أن تكون علامات لمرض خطير وينبغي تقييمها على نحو عاجل</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. غريب، أو أصبت بطفح غير عادي. 2. إذا كنت تشعر باضطراب أو تهمهم بكلام مُتداخِل أو تشعر بنعاس شديد. 3. إذا كنت تعاني من صعوبة في التنفس. ويمكن أن تشمل العلامات ما يلي: <ul style="list-style-type: none"> • التنفس بسرعة • ازرقاق المنطقة حول الشفتين و الجلد تحت الفم • انجذاب أو انسحاب الجلد بين الأضلاع أو فوقها إلى الداخل مع كل عملية تنفس. 4. إذا أصبت بصداغ شديد و شعرت بالغثيان. 5. إذا أصبت بالحمى في الصدر. 6. إذا كنت تعاني من صعوبة في البلع أو سيلان اللعاب. 7. إذا أصبت بسعال مصحوب بدم. 8. إذا كانت حالتك تزداد سوءاً. 	<ul style="list-style-type: none"> • خذ قسطاً وثيراً من الراحة • اشرب كمية كافية من السوائل • لتجنب الشعور بالعطش • اطلب من الصيدلي في منطقتك المحلية أن يوصي لك بأدوية للمساعدة على تخفيف الأعراض أو الألم (أو كليهما) • اعتبر الحمى علامة على أن الجسم يحارب العدوى وعادة ما تتحسن من تلقاء نفسها في معظم الحالات. كيف يمكنك استخدام الباراسيتامول • طفلك غير مرتاحين نتيجة للإصابة بحمى • استخدم المناديل الورقية وأغسل يديك جيداً للمساعدة في منع انتشار العدوى لأفراد أسرتك وأصدقائك والأشخاص الآخرين الذين تقابلهم • أشياء أخرى يمكنك القيام بها أو (GP) يقترحها الممارس العام والمرضة: 	<p>8 أيام</p> <p>7-8 أيام</p> <p>14-21 أيام</p> <p>14 يوماً</p> <p>21 يوماً</p> <p>أيام</p>	<p>عدوى الأذن الوسطى <input type="checkbox"/></p> <p>التهاب الحلق <input type="checkbox"/></p> <p>التهاب الجيوب الأنفية <input type="checkbox"/></p> <p>نزلة برد عادية <input type="checkbox"/></p> <p>سعال أو التهاب القصبات <input type="checkbox"/></p> <p>عدوى أخرى: <input type="checkbox"/></p>
<p>إذا ظهرت عليك أو على طفلك أي من هذه الأعراض، أو ازدادت حالة أي منكما سوءاً أو كنتما تشعران بالمرض أكثر مما تتوقعان (حتى إذا انخفضت درجة حرارتك أو حرارة طفلك)، ثم في حدسك واطلب المشورة الطبية فوراً بالاتصال على رقم الهاتف: 111 الخاص بهيئة الصحة الوطنية أو اتصل بالممارس العام الخاص بك. إذا كان أي طفل عمره أقل من 5 أعوام يعاني من أي عرض من الأعراض من الأول حتى الثالث، فيجب التوجه فوراً إلى قسم الحوادث والطوارئ أو الاتصال على الهاتف رقم: 999</p> <p>العلامات الأقل خطورة التي عادة ما يمكن معها الانتظار حتى موعد الممارس العام (GP) المتاح القادم:</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. "إذا لم تشعر بتحسن بحلول الوقت المحدد في عمود "الغالبية أفضل قبل" 10. في حالة وجود أطفال مصابين بعدوى في الأذن الوسطى: إذا كان هناك سائل يخرج من أذن الطفل لأكثر من 10 أيام أو إذا كان مصاباً بحالة صمم جديدة 11. في حالة ظهور الآثار الجانبية البسيطة مثل الإسهال، استشر طبيبك إذا كنت تشعر بالقلق 12. أخرى..... 			

إذا اعتقدت أنك مصاباً بكوفيد-19، فيرجى مراجعة موقع GOV.UK، قسم فيروس الكورونا والصحة القومية للحصول على آخر التوجيهات والمعلومات.

وصفة طبية احتياطية من المضادات الحيوية لكي يتم استلامها بعد يوم فقط إذا لم تتحسن حالتك أو إذا أصبحت أسوأ.

يتم استلامها من: الصيدلية الممارسة العامة ممارسة عامة، ممرضة، غير ذلك

- في كثير من الأحيان تتحسن نزلات البرد ومعظم حالات السعال، التهاب الجيوب الأنفية، حالات عدوى الأذن، التهاب الحلق، وحالات العدوى الأخرى بدون تناول المضادات الحيوية، ويمكن لجسمك مكافحة هذه العدوى ذاتياً دون الحاجة لأدوية.
- تناول المضادات الحيوية تحفز البكتيريا التي تعيش داخل الجسم على المقاومة. ويعني ذلك أن المضادات الحيوية قد لا تؤدي الغرض المطلوب منها في حالة الحاجة الحقيقية إليها
- يمكن أن تسبب المضادات الحيوية آثاراً جانبية مثل الطفح الجلدي، مرض القلاع، آلام المعدة، الإسهال، ردود فعل لأشعة الشمس، بعض الأعراض الأخرى أو الإصابة بالغثيان إذا كنت تشرب الكحول مع ميترونيدازول.
- متابعة موقعنا الإلكتروني لمعرفة المزيد حول كيفية الاستفادة بشكل أفضل من المضادات الحيوية، وللمساعدة في الحفاظ على فعالية هذه المعالجة الحيوية، فضلاً عن زيارة و

www.nhs.co.uk/keepantibioticsworking

تتفاسم مطلقاً المضادات الحيوية ودوما أعد أي مضادات حيوية غير مستخدمة إلى الصيدلية للتخلص منها بطريقة آمنة.