

Η λοίμωξή σας
Χωρίς αντιβιοτικά, στις περισσότερες περιπτώσεις επέρχεται βελτίωση εντός
Πώς να φροντίσετε τον εαυτό σας και την οικογένειά σας
Πότε πρέπει να ζητήσετε βοήθεια:

<input type="checkbox"/>	Λοίμωξη του μέσου ωτός	8 ημέρες	<ul style="list-style-type: none"> • Ξεκουραστείτε αρκετά. • Πίνετε πολλά υγρά για να μη νιώθετε δίψα. • Ζητήστε από τον φαρμακοποιό της περιοχής σας να σας συστήσει φάρμακα που θα σας βοηθήσουν να αντιμετωπίσετε τα συμπτώματα ή τον πόνο (ή και τα δύο). • Ο πυρετός αποτελεί ένδειξη ότι ο οργανισμός καταπολεμά τη λοίμωξη και συνήθως υποχωρεί από μόνος του στις περισσότερες περιπτώσεις. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε παρακεταμόλη (ή ibuprofen) αν εσείς ή το παιδί σας αισθάνεστε δυσφορία εξαιτίας του πυρετού. • Χρησιμοποιείτε χαρτομάντηλα και πλένετε τα χέρια σας καλά ώστε να σταματήσετε την εξάπλωση της λοίμωξης στην οικογένειά σας, στους φίλους σας και σε άλλους ανθρώπους που συναντάτε. • Τι άλλο μπορεί να σας συστήσει ο/ηπαθολόγος ή ο/η νοσοκόμος/α σας: 	<p>Τα ακόλουθα πιθανόν να αποτελούν ενδείξεις σοβαρής ασθένειας και θα πρέπει να αξιολογηθούν επειγόντως.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Αν το δέρμα σας είναι πολύ κρύο ή έχει παράξενο χρώμα ή αν παρουσιάσετε κάποιο ασυνήθιστο εξάνθημα. 2. Αν αισθάνεστε μπερδεμένοι ή έχετε δυσκολία στην ομιλία ή αισθάνεστε πολύ νυσταγμένοι. 3. Αν έχετε δυσκολία στην αναπνοή. Οι ενδείξεις μπορεί να περιλαμβάνουν τις εξής: <ul style="list-style-type: none"> • γρήγορη αναπνοή • κυάνωση των χειλιών και του δέρματος κάτω από το στόμα • εισολκή ή αναδίπλωση του δέρματος μεταξύ των πλευρών ή πάνω από τα πλευρά 4. Αν έχετε ισχυρό πονοκέφαλο και ναυτία. 5. Αν έχετε πόνο στο στήθος. 6. Αν έχετε δυσκολία στην κατάποση ή σιελόρροια. 7. Αν κάνετε αιμόπτυση. 8. Αν αισθάνεστε πολύ χειρότερα. <p>Εάν εσείς ή το παιδί σας παρουσιάσετε κάποιο από αυτά τα συμπτώματα, εάν η κατάστασή σας επιδεινώνεται ή αισθάνεστε χειρότερα απ' ό,τι θα περιμένατε (ακόμη και αν πέσει ο πυρετός σας/τους), εμπιστευθείτε το ένστικτό σας και ζητήστε επειγόντως ιατρική συμβουλή από το NHS 111 ή τον παθολόγο σας. Εάν ένα παιδί κάτω των 5 ετών παρουσιάσει κάποιο από τα συμπτώματα 1-3, πηγαίστε αμέσως στα Επείγοντα Περιστατικά (A&E) ή καλέστε το 999.</p> <p>Λιγότερο σοβαρές ενδείξεις που συνήθως μπορούν να περιμένουν μέχρι το επόμενο ραντεβού με τον/τηνπαθολόγο σας:</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Εάν δεν δείτε βελτίωση εντός του διαστήματος που αναφέρεται στη στήλη «Στις περισσότερες περιπτώσεις επέρχεται βελτίωση εντός». 10. Σε παιδιά με λοίμωξη του μέσου ωτός: Εάν εξέρχεται υγρό από τα αυτιά τους ή παρουσιάσουν αιφνίδια κώφωση. 11. Ήπιες παρενέργειες όπως είναι η διάρροια. Ωστόσο, εάν ανησυχείτε, ζητήστε ιατρική βοήθεια. 12. Άλλο
<input type="checkbox"/>	Πονόλαιμος	7–8 ημέρες		
<input type="checkbox"/>	Ιγμορίτιδα	14–21 ημέρες		
<input type="checkbox"/>	Απλό κρύωμα	14 ημέρες		
<input type="checkbox"/>	Βήχας ή βρογχίτιδα	21 ημέρες		
<input type="checkbox"/>	Άλλη λοίμωξη: ημέρες		

Αν νομίζετε ότι ίσως έχετε COVID-19, τότε παρακαλούμε επισκεφθείτε την ενότητα σχετικά με τον κορωνοϊό του ιστότοπου GOV.UK και του NHS για τις πιο πρόσφατες οδηγίες και πληροφορίες.

Θα πρέπει να συλλέξετε την εφεδρική συνταγή αντιβιοτικών μετά από ημέρες, μόνο αν δεν αισθάνεστε καλύτερα ή αν αισθάνεστε χειρότερα.

Συλλογή από: Φαρμακείο Ιατρείο Ιατρό γενικής ιατρικής, νοσηλεύτη, άλλο

- Κρυώματα, βήχας, ιγμορίτιδα, ωτίτιδα, πονόλαιμος και άλλες λοιμώξεις συχνά βελτιώνονται χωρίς τη λήψη αντιβιοτικών, καθώς ο οργανισμός σας μπορεί να τις καταπολεμήσει από μόνος του.
- Η λήψη αντιβιοτικών συμβάλλει στην ενίσχυση της ανθεκτικότητας των βακτηρίων που ζουν στο σώμα σας. Αυτό σημαίνει ότι τα αντιβιοτικά μπορεί να μην είναι αποτελεσματικά όταν πραγματικά τα χρειάζεστε.
- Τα αντιβιοτικά μπορούν να προκαλέσουν παρενέργειες, όπως εξανθήματα, μυκητίαση, στομαχόπονο, διάρροια, αντιδράσεις στο ηλιακό φως, άλλα συμπτώματα ή έμετο αν καταναλώνετε αλκοόλ με μετρονιδαζόλη.
- Μάθετε περισσότερα για την καλύτερη χρήση των αντιβιοτικών και συμβάλλετε στην καλύτερη αποδοτικότητα της ζωτικής αυτής θεραπείας με το να επισκεπτείτε www.nhs.co.uk/keepantibioticsworking