

Antibiyotik kullanmaksızın bu rahatsızlıkların çoğu şu zamana kadar daha iyi hale gelir:

Kendinize ve ailenize iyi bakmanın yolları

Ne zaman yardıma başvurmalısınız

<input type="checkbox"/> Orta kulak enfeksiyonu	8 zile	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolca dinlenin.</li> <li>Susamayı önlemek için yeteri kadar sıvı için.</li> <li>Yerel eczacınızdan belirtilerinizi veya ağrınız (ya da her ikisi de) için yardımcı olması amacıyla ilaç tavsiye etmesini isteyin.</li> <li>Ateş, vücudun enfeksiyonla savaştığının göstergesidir ve vakaların çoğu kendi kendine iyileşir. Eğer sizde veya çocuğunuzda ağrı sebebiyle rahatsızlık hissi baş gösterirse Paracetamol (veya ibuprofen) kullanabilirsiniz.</li> </ul>	<p><b>Aşağıdakiler ciddi bir hastalığın olası belirtileridir ve acil olarak değerlendirilmesi gerekir.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Eğer cildiniz çok soğuksa veya garip bir renge sahipse ya da olağandışı bir kızarıklık baş gösterirse.</li> <li>Eğer zihninizin bulanık olduğunu hissediyorsanız veya geveleyerek konuşuyorsanız ya da başınızın döndüğünü hissediyorsanız.</li> <li>Nefes almakta güçlük çekiyorsanız. Belirtilere şunlar dâhil olabilir: <ul style="list-style-type: none"> <li>Hızlı nefes alma</li> <li>Dudakların ve ağzınızın alt kısmının mavi renge dönmesi</li> <li>Kaburga kemiklerinin arasındaki veya üstündeki cildin, her nefesle birlikte içeri doğru emilmesi veya çekilmesi.</li> </ul> </li> <li>Eğer şiddetli bir baş ağrısı baş gösterirse ve kusarsanız.</li> <li>Göğüs ağrısı baş gösterirse.</li> <li>Yutkunmakta veya salya çıkarmakta zorluk çekiyorsanız.</li> <li>Öksürdüğünüzde kan geliyorsa.</li> <li>Kendinizi çok daha kötü hissediyorsanız.</li> </ol> <p><b>Siz veya çocuğunuz bu belirtilerden herhangi birine sahipseniz, durumunuz daha kötüye gidiyorsa veya beklediğinizden daha hastaysanız (sizin/çocuğunuzun ateşi düşmüş olsa bile) içgüdüne güvenin ve acilen NHS 111 veya GP'nizden tıbbi tavsiye alın. 5 yaşından küçük bir çocuk 1-3 nolu belirtilerden herhangi birine sahipse A&amp;E bölümüne (Acil Servis) gidin veya hemen 999'u arayın.</b></p> <p><b>Daha az ciddiyete sahip belirtiler genellikle bir sonraki mevcut GP randevusuna kadar bekleyebilir:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>'Çoğu şu zamana kadar daha iyi hale gelir:' sütununda verilen zamana kadar iyileşmiyorsunuz.</li> <li>Orta kulak iltihabı olan çocuklarda: Kulaklarından sıvı geliyorsa veya yeni işitme kaybı yaşıyorlarsa.</li> <li>İshal gibi hafif yan etkiler; ancak endişelenmeniz hâlinde tıbbi yardıma başvurun.</li> <li>Diğer .....</li> </ol>
<input type="checkbox"/> Boğaz ağrısı	7-8 zile	<ul style="list-style-type: none"> <li>Enfeksiyonunuzun, ailenize, arkadaşlarınıza ve çevrenizdeki diğer insanlara bulaşmasını önlemeye yardımcı olmak amacıyla kağıt mendil kullanın ve ellerinizi iyice yıkayın.</li> <li>GP veya hemşire tarafından önerilen, yapabileceğiniz diğer şeyler:</li> </ul>	
<input type="checkbox"/> Sinüzit	14 -21 zile		
<input type="checkbox"/> Genel soğuk algınlığı	14 zile		
<input type="checkbox"/> Öksürük veya bronşit	21 zile		
<input type="checkbox"/> Diğer enfeksiyon: .....	..... zile		

**COVID-19 olduğunuzu düşünüyorsanız, en son yönerge ve bilgiler için lütfen GOV.UK sitesinin koronavirüs bölümünü ziyaret edin.**

Destek antibiyotik reçetesi, eğer kendinizi  gün sonrasında halen iyi hissetmiyorsanız teslim alınmalıdır.

Teslim alma yeri:  Eczane  Pratisyen Hekimlik  Pratisyen hekim, hemşire, diğer

- Vücudunuz, soğuk algınlığı, sinüzit, kulak enfeksiyonları, boğaz ağrısı ve diğer enfeksiyonlara karşı genellikle kendi kendine savaştığından dolayı bunlar antibiyotik kullanmaksızın iyileşebilir.
- Antibiyotik kullanımı bedeninizde yaşayan bakterilerin daha dirençli olmasına neden olur. Bu da ihtiyacınız olduğunda antibiyotiklerin işe yaramayacağı anlamına gelir.
- Antibiyotikler, kızarıklık, pamukçuk, mide ağrıları ishal, güneş ışığına karşı reaksiyon, diğer belirtilere veya metronidazole kullanırken alkol alırsanız kusma gibi belirtilere yol açabilir.
- Antibiyotiklerden nasıl daha iyi faydalanabileceğiniz hakkında daha fazla şey keşfedin ve [www.nhs.co.uk/keepantibioticsworking](http://www.nhs.co.uk/keepantibioticsworking) sitesini ziyaret ederek bu hayati tedaviyi etkin kılmaya yardımcı olun.

**Antibiyotikleri asla paylaşmayın ve kullanmadığınız herhangi bir antibiyotiği güvenli bir şekilde bertaraf edilmesi için eczaneye iade edin.**