



TARGET

Keep Antibiotics Working

KVĖPAVIMO TAKŲ INFEKCIJA

Paprasti patarimai, kaip valdyti infekciją



SAVARANKIŠKOS PRIEŽIŪROS ŽINGSNIAI

1. Kaip geriau padėti sau?
2. Patikrinkite, kiek laiko tęsiasi simptomai
3. Atkreipkite dėmesį į rimtus simptomus
4. Kur kreiptis pagalbos?

TARGET is operated by the UK Health Security Agency. Sukurta bendradarbiaujant su profesionaliomis medicinos įstaigomis.

Versija: 2

Atspausdinta: 2018 m. spalį

Peržiūros data: 2020 m. lapkritis

1. KAIP GERIAU PADĖTI SAU?

Nesvarbu, kokia infekcija, jūs galite padaryti toliau nurodytus dalykus, kurie gali padėti.



Gerkite paracetamolį, kad sumažėtų karščiavimas; visada laikykitės nurodymų



Klauskite vaistininko, kaip palengvinti simptomus



Daug ilsėkitės, kol pasijusite geriau



Gerkite daug skysčių, kad nejaustumėte troškulio



Čiaudėdami naudokite servetėles, kad neplistų infekcija



Plaukite rankas, kad neplistų infekcija

Daugiau informacijos rasite „NHS Choices“ tinklalapyje www.nhs.uk.

Dažniausiai pasitaikančios infekcijos praeina be antibiotikų. Daugiau informacijos, kaip geriau vartoti antibiotikus, rasite:

www.antibioticguardian.com.

2. PATIKRINKITE, KIEK LAIKO TĘSIASI



**Ausies
skausmas**
Dažniausiai
praeina
per 8 dienas

P	A	T	K	Pn	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



**Gerklės
skausmas**
Dažniausiai
praeina
per 7–8
dienes

P	A	T	K	Pn	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



Peršalimas
Dažniausiai
praeina
per 14 dienų

P	A	T	K	Pn	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



Kosulys
Dažniausiai
praeina
per 21 dieną

P	A	T	K	Pn	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Jei savijauta nepagerėja per aukščiau nurodytą laiką, kreipkitės į BP gydytoją.

Jei jaučiatės daug blogiau, skambinkite

NHS 111, „NHS Direct Wales“ arba NHS 24 (žr. 4 žingsnį).

3. ATKREIPKITE DĖMESĮ Į RIMTUS SIMPTOMUS

Jei turite infekciją ir pasireiškia toliau nurodyti simptomai, nedelsiant kreipkitės į gydytoją. Skambinkite savo BP gydytojui arba NHS 111, „NHS Direct Wales“ arba NHS 24.



Stiprus galvos skausmas



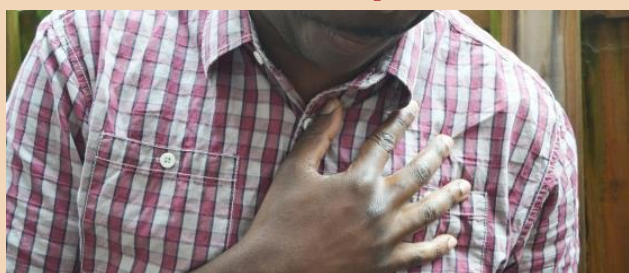
Labai šalta oda



Sunku kvėpuoti



Jaučiatės sutrikęs



Krūtinės skausmas



Rijimo problemos



Atsikosėjimas krauju



Jaučiatės daug blogiau

4. KUR KREIPTIS PAGALBOS?

NHS ANGLIJA



when it's less urgent than 999

NHS DIRECT

NHS Direct Wales
0845 46 47
Galw IECHYD Cymru

NHS ŠKOTIJA



ŠIAURĖS AIRIJA

Kreipkitės į BP gydytoją
Public Health Agency
HSC

Jei reikia SKUBIOS PAGALBOS, nedelsiant skambinkite 999.