

Légúti fertőzések (RTI)

Útmutató a fertőzésének kezeléséhez

Mi az a légúti fertőzés?

A légúti fertőzés a felső vagy alsó légutakban jelentkezik, és tüneteket okoz. A légúti fertőzéseket általában vírus okozza, de néha bakteriális is lehet.

Milyen gyakori tünetei vannak a légúti fertőzésnek?

Orrüreg

- Bedugult orr vagy orrfolyás

Arcüreg

- Fájdalom
- Duzzanat

Tüdő

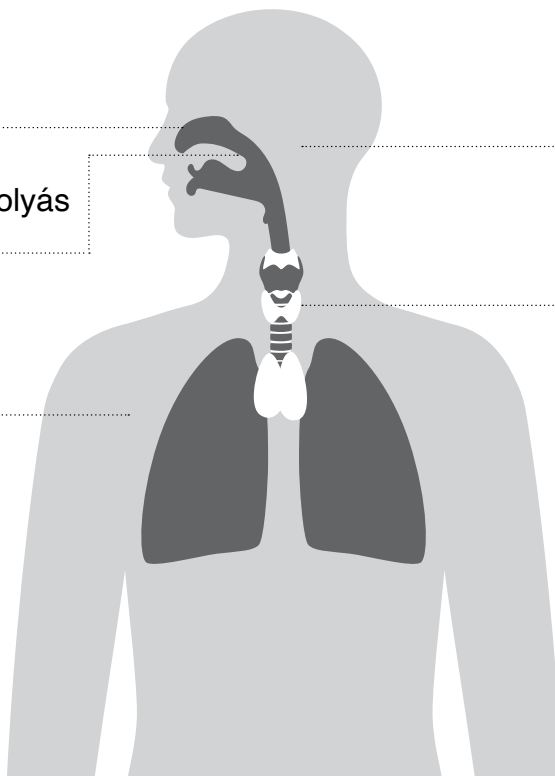
- Köhögés
- Nehézlégzés
- Váladék felköhögése

Fül

- Fülfájás

Torok

- Torokfájás
- Duzzadt torokmandulák



1

Segítsen magán, hogy jobban érezze magát

Bármilyen fertőzése is van, a következőkkel segíthet magán.



Vegyen be paracetamolt a fájdalom enyhítésére. Mindig tartsa be a csomagoláson található utasításokat.



A tünetek csökkentése érdekében kérjen tanácsot gyógyszerésztől.



Pihenjen sokat, amíg jobban nem érzi magát.



Igyon elegendő folyadékot, ne érezze magát szomjasnak.



Tüsszentéskor használjon zsebkendőt, így megakadályozza a fertőzések terjedését.



Mosson kezet rendszeresen, illetve zsebkendő használata után.

További információért látogasson el az NHS honlapjára, a www.nhs.uk címen. A legtöbb gyakori fertőzés antibiotikumok nélkül is meggyógyul. A www.antibioticguardian.com oldalon többet megtudhat az antibiotikumok célszerű felhasználásáról.

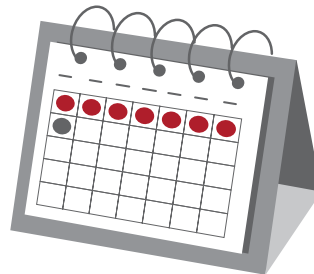
2

Ellenőrizze, hogy mióta vannak tünetei



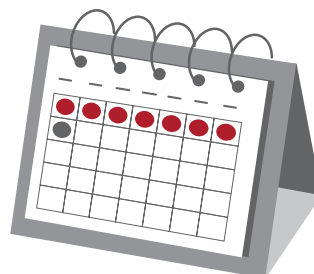
Fülfájás

A legtöbb esetben
7-8 nap
alatt javul



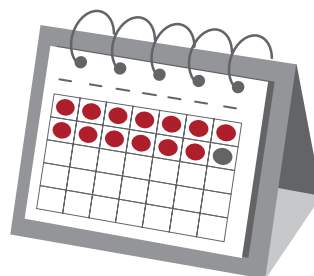
Torokfájás

A legtöbbször
7-8 nap
alatt javul



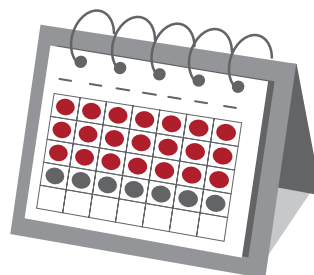
Megfázás

A legtöbbször
14 nap
alatt javul



Köhögés

A legtöbbször
3-4 hét
alatt javul



Ha a fent megadott időn belül nem kezd némileg javulni, keressen fel egy gyógyszerészt vagy forduljon a házi orvosához. Ha sokkal rosszabbul érzi magát, hívja az **NHS 111-es** számot vagy az **NHS 24-et** (lásd a 4. lépést).

3

Figyeljen a súlyos tünetekre

Ha fertőzése van, és az alábbi tünetek bármelyike jelentkezik, **sürgősen forduljon orvoshoz**. Hívja fel **házi orvosát**, vagy hívja az **NHS 111-es számot** vagy az **NHS 24-et**.



**Súlyos
fejfájás**



**Nagyon
hideg bőr**



**Légzési
nehézségek**



**Zavartsá-
gérzés**



**Mellkasi
fájdalom**



**Nyelési
problémák**



**Vér
felköhögése**



**Sokkal
rosszabbul
érzi magát**

4

Honnan kaphat segítséget

NHS England



**NHS 111
Wales**

NHS 111 *Wales*

NHS Scotland



**Northern
Ireland**

Contact your
GP practice



Ha **vészhelyzet** áll fenn, azonnal hívja a 999-es segélyhívószámot