

Інфекції дихальних шляхів (RTI)

Покрокові інструкції з лікування інфекції

Що таке RTI?

Інфекція дихальних шляхів розвивається у верхніх або нижніх дихальних шляхах і спричиняє симптоми. Зазвичай причиною RTI є вірус, але інколи вона може бути бактеріальною.

Які окремі загальні симптоми RTI?

Носова порожнина

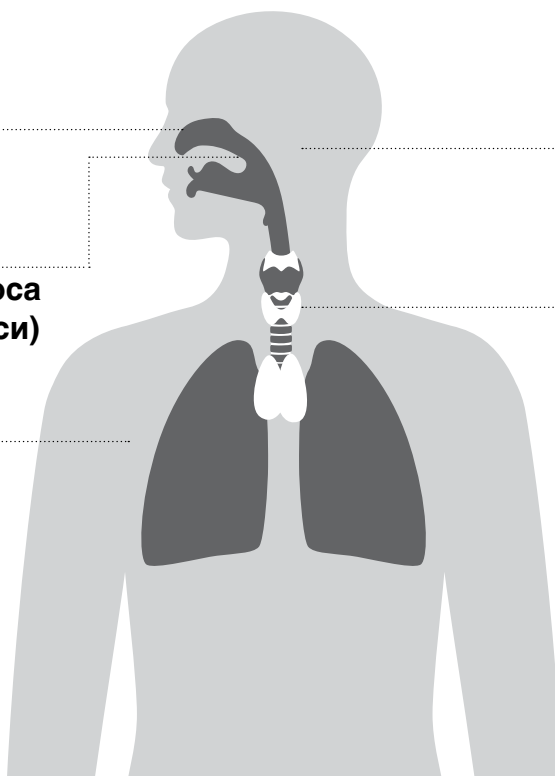
- Закладений ніс або нежить

Придаткові пазухи носа (навколоносові синуси)

- Біль
- набряк

Легені

- Кашель
- Задихка
- Кашель із мокротинням



Вуха

- Біль у вухах

Горло

- Біль у горлі
- набряклі мигдалини

1

Допоможіть покращити своє самопочуття

Незалежно від характеру інфекції, ви можете зробити таке.



Прийміть парацетамол, щоб зменшити біль. Завжди дотримуйтесь інструкцій на упаковці.



Зверніться до фармацевта за рекомендаціями щодо зменшення симптомів.



Якнайбільше відпочивайте, поки не почуватиметеся краще.



Пийте достатньо рідини, щоб уникнути відчуття спраги.



Користуйтеся серветками під час чхання, щоб запобігти поширенню інфекції.



Мийте руки регулярно та після використання серветок.

За додатковою інформацією звертайтеся на сайт NHS Великої Британії за адресою www.nhs.uk. Більшість поширених інфекцій минають без антибіотиків. Дізнайтеся, як краще використовувати антибіотики, на сайті www.antibioticguardian.com.

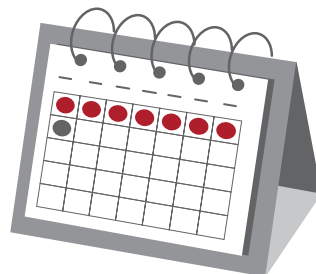
2

Поспостерігайте, як довго тривають ваші симптоми



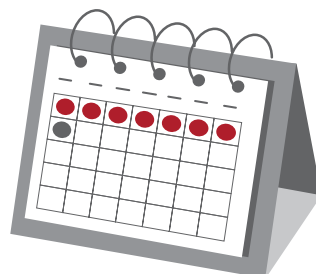
Біль у вухах

у більшості випадків минає за **7–8 днів**



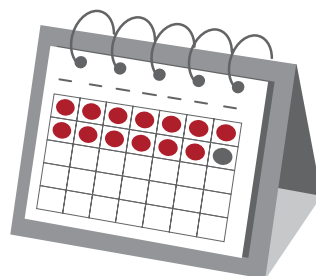
Біль у горлі

у більшості випадків минає за **7–8 днів**



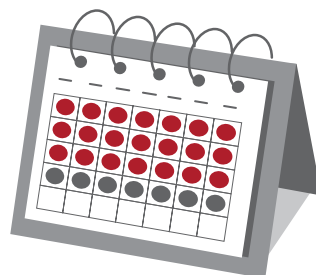
Застуда

у більшості випадків минає за **14 днів**



Кашель

у більшості випадків минає за **3–4 тижні**



Якщо до зазначеного часу самопочуття не почне трохи покращуватися, зверніться до фармацевта або до свого сімейного лікаря (GP). Якщо ви відчуваєтеся набагато гірше, зателефонуйте в **NHS за номером 111** або зверніться по допомогу в додатку **NHS 24** (див. крок 4).

3

Зверніть увагу на серйозні симптоми

За наявності інфекції та виникнення будь-якого з перелічених **нижче симптомів необхідно терміново звернутися до лікаря**. Зателефонуйте своєму сімейному лікарю (GP), в NHS за номером 111 або зверніться по допомогу в додатку NHS 24.



**Сильний
головний біль**



**Дуже холодна
шкіра**



**Утруднене
дихання**



**Сплутаність
свідомості**



**Біль у
грудах**



**Утруднене
ковтання**



Кровохаркання



**Сильне
погіршення
самопочуття**

4

Куди звернутися по допомогу

NHS England



**NHS 111
Wales**

NHS 111 Wales

NHS Scotland



**Northern
Ireland**

Contact your
GP practice



У разі виникнення **невідкладної ситуації** негайно телефонуйте за номером 999