

Numele pacientului

Medicul sau asistenta care se ocupă de dvs. recomandă autoîngrijire

Infecția dvs.	De obicei durează	Cum să vă îngrijiți mai bine singur(ă) pentru aceste infecții - acum și pe viitor	Când ar trebui să cereți ajutor: Luați legătura cu medicul de familie sau NHS (Sistemul Național de Sănătate) 111 în Anglia, NHS 24 (în Scoția sunați la 111) sau NHS DIRECT (în Țara Galilor sunați la 0845 4647)
<input type="checkbox"/> Infecție la urechea medie	4 zile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Odihniți-vă bine.</li> <li>• Beți suficiente lichide pentru a evita senzația de sete.</li> <li>• Rugați farmacistul local să vă recomande medicamente care să vă amelioreze simptomele sau durerea (sau ambele).</li> <li>• Febra este un simptom că organismul dvs. luptă împotriva infecției și în majoritatea cazurilor se ameliorează de la sine. Puteți lua paracetamol (sau ibuprofen) dacă febra vă cauzează disconfort dvs. sau copilului dvs.</li> <li>• Alte lucruri pe care le puteți face, la recomandarea medicului de familie sau a asistentului/asistentei medical(e): ..... .....</li> </ul>	<p><b>Simptomele de la 1. la 8. pot fi semnele unei boli grave și acestea trebuie să fie evaluate de urgență.</b> <b>Sunați pentru a cere sfaturi dacă nu sunteți sigur(ă) că simptomele necesită tratament de urgență.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dacă suferiți de o durere de cap puternică sau vă simțiți rău.</li> <li>2. Dacă pielea dvs. este foarte rece sau are o culoare neobișnuită sau dacă dezvoltă o erupție ciudată.</li> <li>3. Dacă sunteți confuz(ă), vorbiți neclar sau aveți o stare de somnolență.</li> <li>4. Dacă respirați greu. Simptomele pot include: <ul style="list-style-type: none"> <li>o respirație accelerată</li> <li>o învinețirea zonei din jurul buzelor și de sub gură</li> <li>o pielea dintre sau de deasupra coastelor pare suptă sau trasă spre interior la fiecare respirație.</li> </ul> </li> <li>5. Dacă aveți durere în piept.</li> <li>6. Dacă aveți dificultăți la înghițire sau salivați în exces.</li> <li>7. Dacă tușiți cu sânge.</li> <li>8. Dacă starea dvs. s-a înrăutățit considerabil.</li> </ol> <p><b>Simptome mai puțin grave care de obicei pot aștepta până la următoarea programare disponibilă cu medicul de familie:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>9. Dacă starea dvs. nu se îmbunătățește în intervalul de timp menționat în coloana „De obicei durează”.</li> <li>10. La copiii cu infecție la urechea medie: dacă le curge lichid din urechi sau dacă prezintă noi simptome de surditate.</li> <li>11. Altele .....</li> </ol>
<input type="checkbox"/> Durerea în gât	7 zile		
<input type="checkbox"/> Răceala comună	10 zile		
<input type="checkbox"/> Sinuzita	18 zile		
<input type="checkbox"/> Tusea sau bronșita	21 zile		
<input type="checkbox"/> Altă infecție: .....	..... zile		

**WORKING**  
together

To deliver your NHS  
for our communities

## Cum să tratați infecțiile



- Răcelile, majoritatea tipurilor de tuse, sinuzita, infecțiile la ureche, durerile în gât și alte tipuri de infecție se ameliorează deseori fără antibiotice deoarece organismul dvs. poate lupta singur împotriva lor.
- Cu cât luăm mai multe antibiotice, cu atât cresc șansele ca bacteriile să devină rezistente la ele astfel încât nu-și vor mai face efectul asupra infecțiilor de care suferim.
- Antibioticele pot provoca efecte secundare precum erupții cutanate, aftă, dureri abdominale, diaree, reacții la lumina soarelui și alte simptome cum ar fi vomismențele dacă se amestecă alcoolul cu metronidazol.

Nu dați niciodată antibioticele dvs. altor persoane și returnați tot timpul pe cele neutilizate la farmacie pentru a fi aruncate în condiții de siguranță

Pliantul a fost realizat în colaborare cu aceste societăți profesionale.

