

તમારા ઈન્ફેક્શનનો ઈલાજ કરવો

WORKING
together

To deliver your NHS



દર્દીનું નામ

તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સની ભલામણ છે કે તમે જાતે સંભાળ લો.

તમારું ઈન્ફેક્શન	સામાન્ય રીતે ચાલે છે	હમણાં અને ભવિષ્યમાં, આવાં ઈન્ફેક્શનો સામે તમારી જાતની બહેતર સંભાળ કેવી રીતે લેશો,	તમારે ક્યારે મદદ મેળવવી જોઈએ: તમારા જીપીના દવાખાનાનો સંપર્ક કરો અથવા NHS (ઈંગ્લેન્ડમાં) નો 111, NHS24 નો (પર ફોન કરો 11 સંપર્ક કરો (પર ફોન કરો 4647 0845 વેલ્સમાં) નો NHS Direct અથવા
<input type="checkbox"/> વચ્ચેના કાનનું ઈન્ફેક્શન	4 દિવસ	<ul style="list-style-type: none"> પુષ્કળ આરામ કરો. 	<p>1. થી 8. સામાન્ય રીતે ગંભીર બીમારી હોવાની નિશાનીઓ છે અને તે માટે તાત્કાલિક તપાસ કરાવડાવવી જોઈએ. ચિહ્નો કેટલાં તાત્કાલિક છે તેની જો તમને ચોક્કસ ખબર ન હોય તો સલાહ માટે ફોન કરો.</p> <ol style="list-style-type: none"> જો તમને સખત માથું દુઃખે અને ઉલટીઓ થાય. તમારી ચામડી ચેકદમ ઠંડી થઈ ગઈ હોય અથવા તેનો રંગ વિચિત્ર થઈ જાય, અથવા તમને અસાધારણ રેશ નીકળે. તમે મૂંઝાયેલાં થઈ જાવ અથવા જીભ લથડવા લાગે અથવા ખૂબ જ ઘેન રહે. તમને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડે. તેનાં ચિહ્નોમાં નીચેનાંનો સમાવેશ થઈ શકે છે: <ul style="list-style-type: none"> ઝડપથી શ્વાસ લેવો હોઠની આસપાસનો ભાગ અને મોઢાની નીચેની ચામડીનો રંગ વાદળી થઈ જવો દરેક શ્વાસ લેતી વખતે પાંસળીઓની વચ્ચેની અથવા ઉપરની ચામડી અંદર ખેંચાઈ જવી. જો તમને છાતીમાં દુઃખાવો થવા લાગે. જો તમને ગળવામાં તકલીફ પડે અથવા મોઢામાંથી લાળ ટપકવા લાગે. જો તમને ઉધરસમાં લોહી નીકળે. જો તમારી તબિયત ખૂબ જ ખરાબ થઈ જાય. <p>ઓછી ગંભીર નિશાનીઓ, જે જીપીની હવે પછીની અપોઈન્ટમેન્ટ મેળવતાં સુધી રાહ જોઈ શકાય તેવી હોય:</p> <ol style="list-style-type: none"> 'સામાન્ય રીતે ચાલે' ખાનામાં જણાવેલ સમય સુધીમાં જો તમારી તબિયત ન સુધરે. વચ્ચેના કાનમાં ઈન્ફેક્શન થયું હોય તે બાળકોમાં: જો તેમના કાનમાંથી પ્રવાહી નીકળતું હોય અથવા તેમને નવેસરથી બહેરાશ આવી ગઈ હોય. અન્ય.....
<input type="checkbox"/> ગળામાં બળતરા	7 દિવસ	<ul style="list-style-type: none"> તરસ ન લાગે તે માટે પૂરતું પ્રવાહી પીવો. તમારાં ચિહ્નો અથવા દર્દ (અથવા બંને). 	
<input type="checkbox"/> સાધારણ શરદી	10 દિવસ	<ul style="list-style-type: none"> તાવ આવવો એ શરીર ઈન્ફેક્શન સામે લડી રહ્યું હોવાની નિશાની છે અને મોટા ભાગના કેસોમાં સામાન્ય રીતે તે પોતાની જાતે જ સાડું થઈ જાય છે. તમે પેરાસીટામોલ વાપરી શકો છો 	
<input type="checkbox"/> સાઈનસાઈટીસ	18 દિવસ	<ul style="list-style-type: none"> (અથવા આઈબ્યુપ્રોફેન) જો તમે અથવા તમારું બાળક તાવને કારણે અસ્વસ્થતા અનુભવતાં હો તો. 	
<input type="checkbox"/> ઉધરસ અથવા બ્રોન્કાઈટીસ	21 દિવસ	<ul style="list-style-type: none"> જીપી અથવા નર્સ દ્વારા સૂચવવામાં આવેલ તમે કરી શકો તેવી બીજી બાબતો 	
<input type="checkbox"/> અન્ય ઈન્ફેક્શનો: દિવસ	<ul style="list-style-type: none"> 	

તમારા ઈન્ફેક્શનનો ઈલાજ કરવો

WORKING
together

To deliver your NHS
for our communities



- શરદી, મોટાભાગની ખાંસી, કારણ કે તમારું શરીર સામાન્ય રીતે આ ઈન્ફેક્શનો સામે જાતે જ લડી શકે છે, ગળામાં બળતરા તેમજ અન્ય ઈન્ફેક્શનો ઘણીવાર એન્ટિબાયોટિક્સ વગર સારાં થઈ જતાં હોય છે, કાનનાં ઈન્ફેક્શનો,
- આપણે જેટલી વધારે એન્ટિબાયોટિક્સ વાપરીએ એટલી જ બેક્ટેરીયા તેની સામે પ્રતિકારક થઈ જવાની સંભાવના વધી જાય છે જેથી તે આપણાં ઈન્ફેક્શનો પર કામ કરતી નથી.
- એન્ટિબાયોટિક્સથી આડઅસરો થઈ શકે છે, જેમ કે રેશા(, ઘ્રશ (, પેટમાં દુખાવો, અન્ય ચિત્તો અથવા જો તમે , સૂર્યપ્રકાશ સામે પ્રતિક્રિયા , મેટ્રોનિડેઝોલ સાથે આલ્કોહોલ લો તો ઉલટીઓ થવી વગેરે.

એન્ટિબાયોટિક્સ બીજાં કોઈ સાથે ક્યારેય વહેંચીને વાપરશો નહિ અને નહિ વપરાયેલી એન્ટિબાયોટિક્સનો સલામતીથી નિકાલ કરવા માટે હંમેશાં ફાર્મસીમાં પાછી આપી દો.



આ પત્રિકા આ વ્યવસાયિક સોસાઈટીઓ સાથે મળીને તૈયાર કરવામાં આવી છે.

