





إذا أُصبت  
بنزلة برد أو انفلونزا،  
فإن المضادات  
الحيوية ليست لك!



## معلومات الاتصال

 NHS Leeds Clinical  
Commissioning Group,  
Wira House,  
Suites 2 - 4, Leeds, LS16  
6EB

 leedsccg.comms@nhs.net

 0113 843 5470

 www.leedsccg.nhs.uk

 @nhsleeds

 /nhsleeds

يُرجى الاتصال بنا إذا رغبت في الحصول على هذا المستند  
بلغة/تنسيق مختلف.

## تحسن دون تناول المضادات الحيوية

تخبرك هذه النشرة بأهمية الحصول على العلاج الصحيح  
للأمراض الشائعة، كنزلات البرد والسعال والانفلونزا دون  
استخدام المضادات الحيوية.

### ما هي المضادات الحيوية؟

إن المضادات الحيوية تعد من الأدوية الهامة التي تعالج العدوى  
التي تسببها البكتيريا. ومع ذلك، يمكن للبكتيريا التكيف  
وإيجاد طرق للنجاة من آثار الدواء - وهذا ما يعرف  
بمقاومة المضادات الحيوية. وعندما يحدث هذا، فإن المضاد  
الحيوي لا يعمل كما ينبغي، وذلك لأن البكتيريا أصبحت معتادة  
عليه وأصبحت أكثر قوة. بعض البكتيريا التي تسبب العدوى  
في المستشفيات، مثل MRSA، تكون مقاومة للعديد من  
المضادات الحيوية.



## ماذا عن أولادي، إنهم يصابون دوماً بالسعال ونزلات البرد؟

من الشائع للغاية إصابة الأطفال بالسعال ونزلات البرد، وخاصة عندما يذهبون للمدرسة ويختلطون بالأطفال الآخرين. اسأل الصيدلي للحصول على النصيحة.

إذا استمرت الأعراض وكنت قلقًا بشأن ذلك، فراجع الطبيب، ولكن لا تتوقع أن يتم إعطائك مضاد حيوي.

## لما لا ينبغي استخدام المضادات الحيوية لمعالجة السعال ونزلات البرد؟

تعد المضادات الحيوية جيدة في معالجة العدوى التي تسببها البكتيريا. لا تعمل المضادات الحيوية ضد العدوى التي تسببها الفيروسات. إن جميع نزلات البرد وأغلب حالات السعال والتهابات الحلق تسببها الفيروسات.



## متى يمكن وصف المضادات الحيوية لي؟

ينبغي أن يصف الطبيب المضادات الحيوية فقط عند الحاجة إليها - على سبيل المثال، إذا كانت لديك عدوى في الكلى أو التهاب رئوي.

حيث يمكن أن تنقذ حياة المريض من العدوى كالإصابة بالتهاب السحايا. عند استخدام المضادات الحيوية فقط عند الضرورة، من المرجح أن تعمل بشكل أكثر فعالية عندما تكون بالفعل في حاجة إليها.

## ما الذي يمكنني فعله حيال مقاومة المضاد الحيوي؟

استخدم فقط المضادات الحيوية عندما تكون مناسبة. معظم حالات السعال ونزلات البرد تتحسن سريعاً دون تناول المضادات الحيوية. إذا تم وصفها، فاحرص دوماً على تناول دورة العلاج كاملة - فإذا لم تقم بذلك، فقد يتبقى بعض البكتيريا وتقوم بتطوير مقاومة.



لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة:

[WWW.NHS.UK/ANTIBIOTICS](http://WWW.NHS.UK/ANTIBIOTICS)

## كيف يمكن أن أعالج إصابتي بنزلة برد؟

أفضل طريقة لمعالجة معظم نزلات البرد أو السعال أو أو التهاب الحلق هي شرب الكثير من الماء والخلود للراحة. يمكن أن تستمر نزلات البرد لمدة أسبوعين تقريباً، وربما تنتهي بسعال وبلغم.

هناك الكثير من العلاجات لمساعدتك - على سبيل المثال، تناول دواء يحتوي على الباراسيتامول. اسأل الصيدلي للحصول على النصيحة.



راجع الطبيب إذا:

- استمرت نزلة البرد لمدة أكثر من 3 أسابيع
- أصبحت تعاني من صعوبة في التنفس
- شعرت بألم في الصدر
- كنت بالفعل تشكو من الصدر