




جب آپ کو
زکام یا نزلہ ہو،

اینٹی بائیوٹکس آپ
کے لیے نہیں ہیں!



رابطہ معلومات

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

 leedscg.comms@nhs.net

 0113 843 5470

 www.leedscg.nhs.uk

 @nhsleeds

 /nhsleeds

اگر آپ اسے ایک مختلف زبان/شکل میں چاہیں تو براہ
کرم ہم سے رابطہ کریں۔

اینٹی بائیوٹکس کے بغیر ٹھیک ہوں

یہ دستی پرچہ آپ کو بتاتا ہے کہ عام بیماریوں، جیسے کہ
زکام، کھانسی، اور نزلہ کا بغیر اینٹی بائیوٹکس استعمال
کیے درست علاج کرنا کیوں اہم ہے۔

اینٹی بائیوٹکس کیا ہیں؟

اینٹی بائیوٹکس اہم ادویات ہیں جو بیکٹیریا کے سبب
ہونے والی انفیکشنوں کا علاج کرتی ہیں۔ تاہم، بیکٹیریا
دوا کو اپنا سکتے ہیں اور اس کے اثرات سے بچنے
کے طریقے تلاش کر سکتے ہیں۔ یہ اینٹی بائیوٹکس کی
مزاحمت کہلاتا ہے۔ جب ایسا ہوتا ہے، اینٹی بائیوٹکس
مزید کام نہیں کرتیں کیونکہ بیکٹیریا اس کے عادی ہو
جاتے ہیں اور دراصل مضبوط ہو جاتے ہیں۔ کچھ بیکٹیریا
جو ہسپتالوں، جیسے کہ MRSA، میں انفیکشنوں کا سبب
بنتے ہیں، کئی اینٹی بائیوٹکس کی مزاحمت رکھتے ہیں۔



میرے بچوں کے بارے میں کیا خیال ہے، انہیں ہمیشہ کھانسی اور زکام ہوتا رہتا ہے؟

بچوں میں کھانسی اور نزلہ ہو جانا بہت عام بات ہے، خصوصاً جب وہ اسکول جاتے ہیں اور دوسرے بچوں کے ساتھ گھلتے ملتے ہیں۔ اپنے فارماسسٹ سے مشورہ مانگیں۔

اگر علامات متواتر ہوں اور آپ کو تشویش ہو، اپنے ڈاکٹر سے ملیں، لیکن لیکن اینٹی بائیوٹک دینے جانے کی توقع نہ کریں۔

کھانسی اور زکام کے علاج کے لیے اینٹی بائیوٹکس کیوں استعمال نہیں کرنی چاہیئیں؟

اینٹی بائیوٹکس بیکٹیریا کے سبب ہونے والی انفیکشنوں کا علاج کرنے کے لیے اچھی ہیں۔ اینٹی بائیوٹکس وائرس کے سبب ہونے والی انفیکشنوں کے خلاف کام نہیں کرتیں۔ تمام اقسام کا زکام، زیادہ تر کھانسی اور گلے کی خرابی وائرس کے سبب ہوتے ہیں۔



لہذا مجھے اینٹی بائیوٹکس کب تجویز کی جائیں گی؟

آپ کے ڈاکٹر کو اینٹی بائیوٹکس صرف تب تجویز کرنی چاہیئیں جب آپ کو ان کی ضرورت ہو۔ مثلاً، اگر آپ کو گردے کا انفیکشن یا نمونیا ہو۔ وہ گردن توڑ بخار جیسی انفیکشنوں کے لیے زندگی بچانے والی ہو سکتی ہیں۔ صرف ضرورت پڑنے پر ہی انہیں استعمال کرتے ہوئے، اینٹی بائیوٹکس کے زیادہ بہتر کام کرنے کا امکان تبھی ہوتا ہے جب آپ کو واقعی ان کی ضرورت ہو۔

میں اینٹی بائیوٹک کی مزاحمت کے بارے میں کیا کر سکتا/سکتی ہوں؟

اینٹی بائیوٹکس صرف تبھی استعمال کریں جب موزوں ہو۔ زیادہ تر کھانسی اور زکام بغیر اینٹی بائیوٹکس کے تیزی سے بہتر ہو جاتے ہیں۔ اگر انہیں تجویز کیا گیا ہو، ہمیشہ پورا کورس مکمل کریں۔ اگر آپ نہیں کرتے، کچھ بیکٹیریا باقی بچ سکتے ہیں اور مزاحمت پیدا کر سکتے ہیں۔

مزید معلومات کے لیے تشریف لائیں:

WWW.NHS.UK/ANTIBIOTICS



مجھے اپنے زکام کا علاج کیسے کرنا چاہیئے؟

زیادہ تر زکام، کھانسی یا گلی کی خرابی کا علاج کرنے کا بہترین طریقہ کافی زیادہ پانی پینا اور آرام کرنا ہے۔ زکام تقریباً 2 ہفتے رہ سکتا ہے اور کھانسی اور بلغم لانے پر ختم ہو سکتا ہے۔

آپ کی مدد کے لیے بہت سے علاج ہیں۔ مثلاً، پیراسٹامول۔ اپنے فارماسسٹ سے مشورہ مانگیں۔



اپنے ڈاکٹر سے ملیں اگر:

- زکام 3 ہفتے سے زیادہ رہتا ہے
- آپ کو سانس نہیں آتا
- آپ کو چھاتی میں تکلیف ہوتی ہے
- آپ کو پہلے ہی سے چھاتی کی شکایت ہے