



ਇਹ ਸਲਾਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਨੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ

#### ਯਾਦ ਰੱਖੋ

- ਬਹੁਤੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਐੱਮ ਆਰ ਐੱਸ ਏ ਵਰਗੇ ਮਾਈਕ੍ਰੋਬਜ਼ ਵਧ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਉਲਟਾ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਏ
- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਹੋਰਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਟਕਰਾਅ ਹੋ ਸਕਦੈ, ਜਿਵੇਂ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧ ਗੋਲੀਆਂ ਨਾਲ
- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਨਵੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਨੇ, ਜਿਵੇਂ ਥਰੱਸ਼ (ਮੂੰਹ ਚ ਛਾਲੇ) ਜਾਂ ਡਿਫੀਸਾਈਲ (ਆਂਦਰਾਂ ਦਾ ਰੋਗ)

ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਬਾਬਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ:

[www.ggcformulary.scot.nhs.uk/](http://www.ggcformulary.scot.nhs.uk/)



# ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ



ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਰ ਹੈ:			
ਪੱਕਿਆ ਗਲਾ	<input type="checkbox"/>	ਛਣਕਦੀ ਛਾਤੀ ਵਾਲੀ ਖੰਘ	<input type="checkbox"/>
ਜੁਕਾਮ ਜਾਂ ਫਲੂ	<input type="checkbox"/>	ਰੇਸ਼ਾ	<input type="checkbox"/>
ਸੁੱਕੀ ਖੰਘ	<input type="checkbox"/>	ਕੰਨਾਂ ਚ ਦਰਦ	<input type="checkbox"/>
ਕੋਈ ਹੋਰ _____	<input type="checkbox"/>		

ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹਦੀ ਵਜਾਹ ਇਹ ਹੈ:

- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਜ਼ੋਰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਇਰਸ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਰਦੇ।

ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਉਲਟਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ:

- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਉਲਟਾ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਕਾਟ ਕਰਨੋਂ ਹਟ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਨਵੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਨੇ

ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਅਗਾਂਹ ਨੂੰ ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਹੋਣੋਂ ਹਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਚ 'ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੰਮ ਦੀ ਨਸੀਹਤ

- ਆਰਾਮ ਕਰੋ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਤੇ ਜੂਸ ਵਗੈਰਾ ਪੀਓ

ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਾਲੇ ਖੜ੍ਹੇ-ਖਲੋਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੋਟਕੇ ਦਸ ਦੇਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਚ ਆਰਾਮ ਨਾ ਆਏ, ਤਾਂ ਅਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਓਥੇ ਜਾਓ।