

Antibiyotik kullanmaktansa...

BİR AZ DİNLENİN!



Wertvolle
Gesundheits-
Tipps!

ORTA KULAK İLTİHABINI

**AN TİBİYOTİK
KULLANMADAN ATLATIN!**

ŞİKAYETLERİN SEBEPLERİ

Kulak ağrısının bir çok nedeni olabilir. Çoğu zaman (akut) orta kulak iltihabı (otit) söz konusudur.

Hastalık yetişkinlerde nadiren, çocuklarda ise sık görülür ve genellikle soğuk algınlığı (grip enfeksiyonu) ile birlikte veya sonrasında ortaya çıkar.

Diğer semptomlar şunları içerebilir:

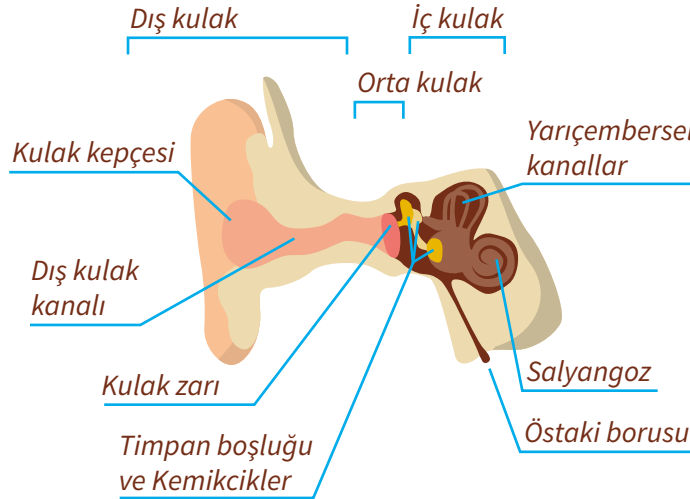
- ateş ve öksürük
- Kusma (özellikle çocuklarda)
- Halsizlik

Çoğu zaman bir virüse bağlı ortaya çıkan soğuk algınlığı sonucu kulakta bir iltihaplanma görülür. Mukoza, yani sümük dokuda meydana gelen iltihaplanma sıvı artışına neden olur. Şişen mukozaya bağlı olarak salgılanan sıvılar orta kulak ile boğaz arasındaki bağlantı yolundan geçemeyerek orta kulakta birikir. Bunun sonucunda kulak ağrısına neden olan bir basınç oluşur. Biriken sıvı, bakterilerin çoğalması için mükemmel bir üreme alanı oluşturduğundan bazı durumlarda antibiyotik kullanımını gerektirebilir.

Şiddetli kulak ağrınız mı var?

ORTA KULAĞIN KONUMU VE İŞLEVİ

Orta kulak, dış kulak ile iç kulağın arasında yer alır ve kulak zarından, kemikciklerden, kullaktaki çekiç kemiği, örs kemiği ve üzengi kemiğinden oluşan timpan boşluğundan ve östaki borusundan oluşur.



Orta kulağın ana görevi, seslerin aktarılmasıdır. Kulak zarına vuran ses dalgaları orta kulaktan kulak salyangozuna yönlendirilir.

BEN NE YAPABİLİRİM?

(Akut) orta kulak iltihaplarının yaklaşık %80'i kendiliğinden iyileşir.

Antibiyotikler virüslere karşı etkisiz olduğu için çoğu zaman virüslerden kaynaklı bu hastalığa antibiyotikle müdahale etmek gerekmez. Kolayca hazırlayabileceğiniz el yapımı ilaçlar ile belirtilerinizi ve ağrınızı hafifletebilirsiniz:

ÖNERİLER

- Kendinizi koruyunuz ve bol miktarda sıvı tüketiniz.
- Şişkinliği gideren burun damlaları kullanınız (kullanma talimatında belirtildiği gibi).
- Ateşlenme durumlarında soğuk uygulama yapınız.
- Doktorunuzun ve eczacınızın önerdiği ağrı kesiciler, örn. İbuprofen veya parasetamol ağrınızı hafifletebilir.

NE ZAMAN DOKTARA GİTMELİYİM?

Belirteleriniz bu önerileri uyguladığınız halde devam ederse, lütfen doktorunuza danışınız. **Bebeğinizin kulak ağrısı varsa, lütfen doğrudan doktorunuza başvurunuz!**

ARENA PROJESİ

ARena projesinin amacı, antibiyotiklerin etkisini uzun süre korumaktır. Bunun için ilaç dirençlerinin gelişmesini mümkün olduğunca engellemek veya en azından geciktirmek için çaba sarf etmek gerekir.

→ Bu amaçla, ARena Projesi çerçevesinde antibiyotik kullanımının gerçekten gerekli olup olmadığını ve hangi antibiyotiklerin kullanılması gerektiğini daha iyi bir şekilde tespit etmeye çalışacağız. Bunun için özellikle üst solunum yolu enfeksiyonları, orta kulak iltihabı veya sinüs iltihabı gibi nadiren antibiyotik kullanımını gerektiren hastalıklar ve idrar yolu enfeksiyonu gibi bazı durumlarda antibiyotik kullanımını gerektiren hastalıklar üzerinde duruldu.

→ Bavyera eyaleti ve Kuzey Ren Vestfalyada bulunan toplam 14 tıp merkezinde ARena projesi kapsamında doktorlar antibiyotik kullanımının gerekliliğini incelemeye ve sorgulamaya başladı. Doktorlar meslek içi eğitimlere ve sempozyumlara katılıp edindikleri güncel bilgileri meslektaşları ile paylaşarak antibiyotiklerin hangi durumlarda gerekli olduğu ve alternatif tedavilerinin ne zaman uygulanabileceği konusunda tartışıp yeni bilgiler edinmektedirler. Bazı doktor muayenehanelerine bu amaçla yazılım desteği verilir veya personel eğitimleri düzenlenir. Buna ek olarak, tüm proje bölgelerinde insanlar „antibiyotik kullanımı“ hakkında bilgilendirilmektedir.

GEÇMİŞ OLSUN!

Lütfen unutmayın ki:

Antibiyotikler değerlidir!

Antibiyotik kullanımı her hastalık için gerekli değildir!

Antibiyotiklerin etkisini korumaya ve sürdürmeye yardımcı olun!



DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN

Internet sayfamızı ziyaret edebilirsiniz:
www.arena-info.de

ARena

aQua

ZUKUNFT DURCH QUALITÄT

ARTZNETZE

KVB
Kassenärztliche
Vereinigung
Bayerns

AOK
Die Gesundheitskasse.