

Doktorunuzla birlikte Hessen'de antibiyotik kullanımını düzeltmek ve azaltmak istiyoruz. Hedefimiz antibiyotiklere dirençli bakterileri azaltmak ve yok etmek.

Sizde bize destek çıkarsanız seviniriz.

MRE-Netz Rhein-Main  
Breite Gasse 28  
60313 Frankfurt am Main



Internet: mre-rhein-main.de  
E-Mail: mre-rhein-main(at)stadt-frankfurt.de

**Antibiyotikler çok değerli ilaçtır. Birçok insanın yaşamını kurtarmıştır, bizde bunun böyle kalmasını istiyoruz. Sizde bize katılın, sizde bizimle olun!**

### Üç şeye dikkat edilmesi gerekiyor:

1. Antibiyotikler sadece bakterilere karşıdır. Virüslere karşı değildirler. Sadece bakterili enfeksiyonlarda antibiyotik verilmesi gerekmektedir.
2. Antibiyotikler zararlı bakterileri yok ettiği gibi, bağırsaklardaki faydalı bakterilerde zarar verir. Bağırsaktaki sindirim için ihtiyaç olan bu bakteriler zarar görünce bulantı, gaz, iştahsızlık gibi mide ve bağırsak şikayetleri oluşabilir.
3. Her antibiyotik kullanıldığında bakterilerin direnç gücü artabilir. Çoklu antibiyotik direnç gösteren bakterilere almanyada Multiresistente Erreger (MRE) denir.

**Antibiyotikler görevini yapabilmeleri için bilinçli kullanılması gerekmektedir. Doktorunuz ihtiyaç olduğunda antibiyotik tedavisi uygulayacaktır. Biz sizinle birlikte bu dirençli bakterilere karşı savaşa biliriz. Siz de bize katılın, beraber başaralım!**

### Çoklu antibiyotik direnci gösteren bakteriler (MRE) nedir?

MRE birçok antibiyotiğe dirençli olan bakterilerdir. En tanınmışları MRSA (Metisilin adlı antibiyotiğe dirençli olan Staphylococcus aureus adlı bir bakteridir), ESBL (genişlemiş şpekturumlu Beta-Laktamazlar), MRGN (çoklu ilaç direnci, gram-negatif bakteri) ve VRE (vankomisin dirençli Enterokoklar).

Bütün bu bakteriler bir insana bulaşabilir. MRSA-bakterileri özellikle burun, boğaz ve deri üzerine yerleşir. MRE- bakterileri ise bağırsaklara yerleşebilirler. Bu bakterilerin hastane dışındaki sağlıklı insanlara hiç bir zararı yoktur. Günlük temizlik ve hijyen çok önemlidir. Yemekten önce ve tuvalet ihtiyacından sonra eller yıkanmalıdır. Bunlar yapıldığı takdirde sosyal aktiviteleriniz devam edebilir.

Eğer bu bakteriler deriden veya dışkıdan kana karışırsa (yara), sizi hasta edebilir ve bu enfeksiyonlara karşı antibiyotik bulmak çok zorlaşabilir.

MRE-Netz Rhein-Main



**Az aslında çoktur**  
Çok az nezle burunların antibiyotiğe ihtiyacı vardır

*Siz de bize katılın!*



#### Kooperationspartner:



Merak ettiniz mi?

Doktorunuzdan ve bizden bilgi edinebilirsiniz:

[www.mre-rhein-main.de](http://www.mre-rhein-main.de)

[www.mre-netzwerk-mittelhessen.de](http://www.mre-netzwerk-mittelhessen.de)

[www.mre-netzwerk-suedhessen.de](http://www.mre-netzwerk-suedhessen.de)

[www.mre-nord-ost-hessen.de](http://www.mre-nord-ost-hessen.de)



# Solunum yolu hastalıkları nelerdir? Nedenleri?

## Akut sinüzit, burun tıkanıklığı ve iltihabı

- Alında ve üst çene kemiğinde ağrı
- Yüzde basınç hissi
- Burun tıkanıklığı, koku alma azalması

## Burun iltihabı, rinit (sulu akıntı)

- Aniden hapşırarak
- Sulu akıntı, burun kaşınması, Koku alamama
- Burun zarlarının şişmesi

## Orta kulak iltihabı

- Aniden başlayan şiddetli ağrı
- İşitme kaybı
- Halsizlik, kendini yorgun hissetmek

## Farenjit ve bademcik iltihabı

- Boğaz ağrısı, yutkunurken zorlanma
- Boğazda kızarıklık ve bademcik şişmesi
- Ateş

## Larenjit (gırtlak)

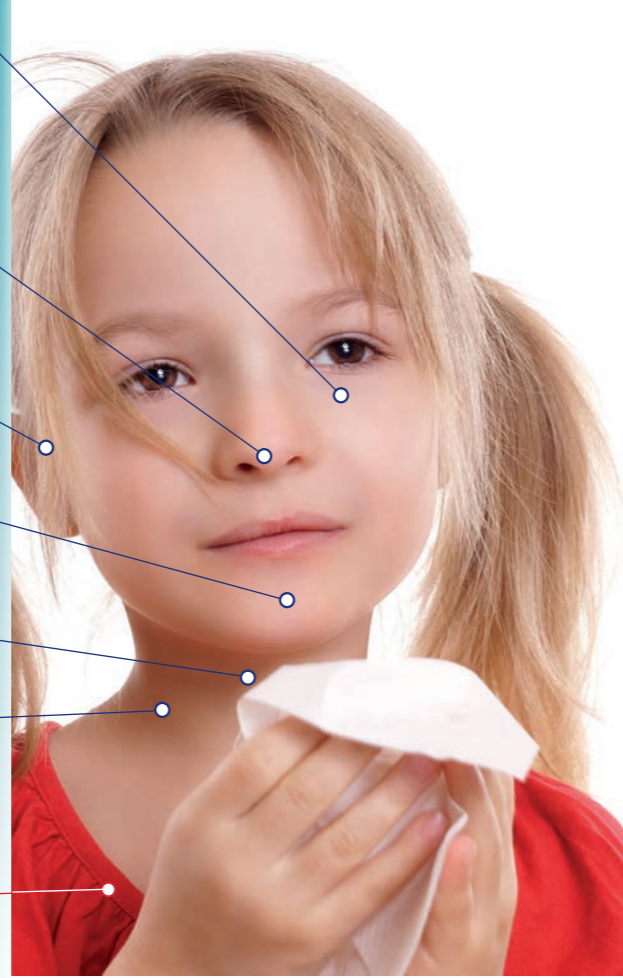
- Ses kısıklığı, ses kaybına kadar yol açabilir
- Kuru öksürük

## Akut bronşit

- Kuru, ağrılı öksürük
- İlişkili semptomlar: burun akıntısı, ses kısıklığı, baş ağrısı ve ateş

## Pnömoni (akciğer iltihabı)

- Ani gelen nefes darlığı
- Öksürük ve ateş
- Halsizlik, baş dönmesi, nabız yüksekliği
- Kusmak ve göğüs ağrısı



## Tedavi semptomatik yani hastalığın bulgusuna yönelik yapılır. Bu süreci rahat atlatmanız için yapmanız gerekenler:



**Istirahat etmek** en önemlisi. Bağışıklık sisteminiz bu şekilde hastalığı kolayca atlatılabilir.



**Sıvı tüketimi** vücudunuzdan su kaybını önlemek için bol sıvı tüketin. Bu aynı zamanda burundan nefes almanızı rahatlatır, burun ve ağız salgıları hızla dışarıya atılabilir. Özellikle ateşiniz olduğunda çok su içiniz, Çünkü hızlı nefes alıp verme ve terlemelerden dolayı çok fazla sıvı kaybediliyor.



**Balgam söktürücü** ilaçların etkisi kesin bilinmesede, hastanın yeterli sıvı tüketimiyle birlikte kendini daha iyi hissettiği bilinmektedir. Öksürük şekerleri veya öksürük çayları alınabilir.



**Burun damlası:** Soluk almada zorlanıyorsanız, burun damlası kullanabilirsiniz. Kullanım 5 veya 7 günü geçmemelidir, alışkanlık yapabilir.



**Su buharı solumak:** Sıcak su dolu bir Kab`dan buhar soluyabilirsiniz. Sıcak suyun içerisine Nane, Papatya gibi karışımlar ilave edilebilir.



**Ağrı kesici ve ateş düşürücü ilaçlar** kullanabilirsiniz. (Dikkat: Acetylsalicylsäure içerikli ilaçlar çocuklara ve gençlere verilmesi sakıncalıdır).