

## Răceală? Gripă?

### Ce trebuie să faceți dacă sunteți răcit sau aveți gripă:

1. Odihniți-vă și îngrijiți-vă;
2. Beți multe lichide pentru a evita deshidratarea;
3. Întrebați medicul despre alte tratamente simptomatice care să vă amelioreze starea generală precum nasul înfundat, durerile de gât, tusea etc;
4. Antibioticele nu vor fi eficiente NICIODATĂ în cazul răcelii și gripei;
5. Dacă simptomele dumneavoastră nu se îmbunătățesc sau chiar se înrăutățesc, informați medicul, deoarece este necesară o reevaluare;
6. Dacă medicul consideră că au apărut complicații bacteriene care afectează procesul vindecării luați antibioticele prescrise urmând cu strictețe recomandările legate de dozaj, modul și durata administrării acestora <sup>[1]</sup>
7. Utilizarea incorectă a antibioticelor are drept rezultat doar bacterii mai rezistente la tratamentele cu antibiotic. Prin urmare, când veți mai avea nevoie de antibiotice în viitor, s-ar putea ca acestea să nu mai aibă efect;
8. Adesea, antibioticele au efecte secundare precum diareea;
9. Antibioticele nu împiedică răspândirea virusilor la alte persoane;<sup>[2]</sup>
10. Menținerea eficienței antibioticelor este și responsabilitatea dumneavoastră.<sup>[1]</sup>