Urdu

Rx

مریض کا نام: ______________________________ تاریخ: ______________________

علامات جو آپ نے آج بیان کی ہیں وہ وائرل انفیکشن کو ظاہر کرتی ہیں۔

- ☐ بالائی حلقہ تنفس (نزلہ زکام): 7-14 دنوں تک رہتا ہے
- ☐ شدید نزلہ: 7-14 دنوں تک رہتا ہے
- ☐ شدّت سے گلے کی سوزش ("گلے کی خراش"): 3-7 دنوں تک رہتی ہے، 10 دن یا اس سے زائد تک
- ☐ شدّت والا پھیپھڑوں کا ورم/"چیسٹ کولڈ" (کھانسی): 7-21 دنوں تک رہتی ہے
- ☐ ناک کے نتھنوں کی سوزش ("نتھنوں کی انفیکشن"): 7-14 دنوں تک رہتی ہے

آپ کیلئے اینٹی بائیوٹکس تجویز نہیں کی گئیں کیونکہ

اینٹی بائیوٹکس ادویات وائرل انفیکشن کے علاج میں مؤثر نہیں ہوتیں۔

اینٹی بائیوٹکس غیر مفید اثرات کا باعث بن سکتی ہیں (مثلاً دست لگنا، yeast infections) اور شدید نقصانات کا باعث بن سکتی ہیں جیسے کہ شدت والی پیچش، الرجک والا ردعمل، گردے یا جگر کا زخم۔

جب آپ وائرل انفیکشن میں مبتلا ہوتے ہیں، تو یہ بہت ضروری ہے کہ آپ خوب آرام کریں اور اپنے بدن کو وائرس سے لڑنے کیلئے وقت دیں۔

اگر آپ مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کریں گے، تو آپ جلد صحت یاب ہو جائیں گے:

- جتنا زیادہ ممکن ہو سکے آرام کریں
- زیادہ سے زیادہ مائعات پیئیں
- اپنے ہاتھوں کو کثرت سے دھوئیں
- کاونٹر سے دستیاب ادویات لیں، جیسے کہ ذیل میں تجویز کی گئیں ہیں:

- ☐ بخار اور دردوں کیلئے Acetaminophen (مثال کے طورپر، ٹائلانول ®Tylenol)
- ☐ بخار اور دردوں کیلئے Ibuprofen (مثال کے طورپر، ®Advil)
- ☐ بخار اور دردوں کیلئے Naproxen (مثال کے طورپر، ®Aleve)
- ☐ گلے کی خرابی کیلئے Lozenge (کھانسی کیلئے چوسنے والی میٹھی گولیاں)
- ☐ بندش ناک کیلئے ناک کی Saline سپرے (مثال کے طورپر، ®Salinex)
- ☐ دیگر: ____

(مثلاً، اگر ®Salinex کام نہیں کرتی تو، ناک کی بندش کھولنے والی دوا، صرف مختصر مدت کیلئے!)

براہِ مہربانی اپنے ڈاکٹر کو دکھائیں اگر:

- علامات _____ دنوں میں بہتر نہیں ہوتیں یا کسی بھی وقت مزید خراب ہو جائیں
- اگر آپ کو تیز بخار ہو جائے (38°C سے زائد، یا ________ ہدایات کے مطابق)
- دیگر: ____

نسخہ تجویز کرنے والا ____

Rx FILES — Choosing Wisely Canada — THE COLLEGE OF FAMILY PHYSICIANS OF CANADA / LE COLLÈGE DES MÉDECINS DE FAMILLE DU CANADA

اس "وائرل پریسکرپشن پیڈ" کی مطابقت آرکیو ایچ آر اینٹی مائکروبیئل سٹیوارڈشپ پروگرام سے کی گئی ہے
www.rqhealth.ca/antimicrobialstewardship اور یہ دوسری زبانوں میں بھی دستیاب ہے۔
http://www.rxfiles.ca/rxfiles/uploads/documents/ABX-Viral-Prescription-Pad-Languanges.pdf

مزید معلومات کیلئے اس ویب سائٹ پر جائیں۔ www.RxFiles.ca/ABX