

# Chờ đợi theo dõi là gì?



**CÓ Ý THỨC  
VỀ KHÁNG  
SINH**

SỬ DỤNG THÔNG MINH, CHĂM SÓC TỐT NHẤT

## TIN TỐT!

Chuyên gia y tế của bạn cho rằng bệnh của bạn có thể sẽ tự khỏi.

Bạn cần theo dõi và chờ đợi \_\_\_ ngày/giờ trước khi quyết định có dùng kháng sinh hay không.

Trong thời gian đó, hãy làm theo khuyến nghị của chuyên gia y tế để giúp bạn cảm thấy khỏe hơn và tiếp tục theo dõi các triệu chứng trong vài ngày tới.

- Nghỉ ngơi.

---

- Uống thêm nước và chất lỏng.

---

- Sử dụng máy tỏa hơi mát hoặc xịt mũi bằng nước muối để giảm nghẹt mũi.

---

- Đối với trường hợp đau họng ở người lớn và trẻ em lớn hơn, hãy thử dùng bông tuyết, thuốc xịt đau họng, hay thuốc chữa đau họng.

---

- Sử dụng mật ong để chữa ho. Không cho trẻ em dưới 1 tuổi dùng mật ong.

---

Nếu **cảm thấy khỏe hơn, bạn không cần làm gì thêm. Bạn không cần kháng sinh.**

Nếu không cảm thấy khỏe hơn, có những triệu chứng mới, hoặc có các mối lo ngại khác, hãy gọi cho chuyên gia y tế của bạn \_\_\_\_\_. Thảo luận xem bạn có cần kiểm tra lại hoặc có cần kháng sinh không.

Có thể việc thăm khám chuyên gia y tế của bạn nhiều lần là bất tiện, nhưng vấn đề quan trọng là chỉ dùng kháng sinh khi cần. Khi không cần kháng sinh, chúng sẽ không giúp cho bạn và tác dụng phụ vẫn có thể làm hại bạn. Các tác dụng phụ phổ biến của kháng sinh có thể bao gồm phát ban, chóng mặt, buồn nôn, tiêu chảy, và nhiễm trùng men.

Kháng sinh cứu sinh mạng, và khi một bệnh nhân cần kháng sinh, những lợi ích của nó vượt trội so với những rủi ro của tác dụng phụ. Bạn có thể bảo vệ mình và những người khác bằng cách tìm hiểu khi nào cần và khi nào không cần kháng sinh.

Để tìm hiểu thêm về việc kê đơn và sử dụng kháng sinh, truy cập [www.cdc.gov/antibiotic-use](http://www.cdc.gov/antibiotic-use).

