

Grip -Nezle -Faranjit İçin Halka Y6nelik BroŖ6rler

B6lent Ağaoğlu

26.11.2017

Kelimeler / Terimler / Kavramlar /

Akan ya da dolu burun /soğuk algnlığı belirtileri/

Aksırık

Alt solunum yolları

AteŖ /soğuk algnlığı belirtileri/

Balgam

BaŖ ağrısı /soğuk algnlığı belirtileri/

Boğaz ağrısı

Boğaz ağrısı /soğuk algnlığı belirtileri/

BronŖit

Burun akıntısı

Burun ekme

Burun tıkanıklığı

Eklem ve kas ağrısı /soğuk algnlığı belirtileri/

Faranjit

G6đ6s doluluğu /soğuk algnlığı belirtileri/

Grip

HapŖırık

HapŖırma /soğuk algnlığı belirtileri/

Nezle

6ks6r6k

Soğuk algnlığı

Ter atma

Terleme

Tıkalı burun

6st solunum yolları

6Ŗ6tme

Yorgunluk hissi /soğuk algnlığı belirtileri/

Zatürree

-----.

Bunların tanımları yapılmalı.

Yukarıdakilerden hangileri sonuç yazmalı.

Aralarındaki farkları yazmalı.

23.11.2017

KİTAPLAR

<https://www.kabalci.com.tr/diger/grip-domuz-gribi/ahmet-rasim-kucukusta/hayykitap>

<https://www.kabalci.com.tr/diger/kis-hastaliklari/sibel-ascioglu/mikado-yayinlari>

HALKA YÖNELİK YAYINLAR

1 / FARKLAR

GRİP Mİ NEZLE Mİ?

Grip mi, nezle mi soğuk algınlığı mı? / Show Ana Haber.

<http://www.showturk.com.tr/haberler/video/grip-mi-nezle-mi-soguk-alginligi-mi--show-ana-haber/132238>

Bu çektiğiniz nezle mi grip mi? <http://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/osman-muftuoğlu/bu-çektiginiz-nezle-mi-grip-mi-40038595>

Üşütme mi, soğuk algınlığı mı, nezle mi? <https://www.memurlar.net/haber/93806/usutme-mi-soguk-alginligi-mi-nezle-mi.html>

Grip mi Soğuk Algınlığı mı? <http://www.hayatritmi.com/grip-mi-soguk-alginligi-mi/>

Grip misin nezle mi ? <http://www.sozcu.com.tr/2013/saglik/grip-misin-nezle-mi-217845/>

Diğer linkler:

<http://www.uzmantv.com/arama/videolar?q=GR%C4%B0P>

http://www.ktu.edu.tr/dosyalar/aile_c2d64.pdf

<https://infeksiyon.org/wp-content/uploads/2016/08/so%C4%9Fukalg%C4%B1nl%C4%B1%C4%9F%C4%B1.pdf>

http://www.istanbulsaqlik.gov.tr/w/sb/egt/pdf/grip_veli.pdf

http://www.anadolusaqlik.com/uploads/solunum_volu.pdf

http://www.anh.gov.tr/index.php?option=com_content&view=article&id=126:grip-&catid=27:sa-ki

<http://kesan.ism.saglik.gov.tr/ksm/wp-content/uploads/Grip-Hakk%C4%B1nda-Bilinmesi-Gerekenler.pdf>

<http://ekomag.org/index.php/2017/10/13/nezle-grip-sezonu-nasil-saglikli-kalarak-atlatilabilir/>

http://www.migesplus.ch/fileadmin/Publikationen/BAG_GutZuWissen08_TU.pdf

<http://www.on5yirmi5.com/haber/saglik/hastaliklar/189426/grip-ve-nezle-tamamen-farkli-hastaliklar.html>

<https://www.duzen.com.tr/brochures/grip.pdf>

<http://www.mhcs.health.nsw.gov.au/publicationsandresources/pdf/publication-pdfs/diseases-and-conditions/7205/doh-7205-tur.pdf>

<http://www.medipol.com.tr/Document/DocumentGalery/faf2a328-7133-43ed-b96f-d9cf7d3de7c8.pdf>

<http://www.cayirova.tsm.saglik.gov.tr/boros%C3%BCrler/21-grip%20a%C5%9F%C4%B1s%C4%B1%20el%20bro%C5%9F%C3%BCr%C3%BC.pdf>

<http://www.solunum.org.tr/slaytlar/?s=2C5A3F245E2D24365E&menu=65>

http://e-kutuphane.teb.org.tr/pdf/eczaciodasiyayinlari/bursa_39/4.pdf

<http://enfeksiyonhastaliklari.com/soguk-alginligi-nezle/?print=pdf>

<http://enfeksiyonhastaliklari.com/tag/soguk-alginligi/?print=pdf-search>

http://www.bilimteknik.tubitak.gov.tr/sites/default/files/posterler/kasim_2016_poster.pdf

https://www.medical-tribune.de/fileadmin/PDF/Erkaeltung_tuerkisch.pdf

<http://www.recepakdur.com/upload/Grip%20Imak%20%C4%B0stemeyenlerBu%20Yaz%C4%B1y%C4%B1%20Okum%C3%B6aLL.pdf>

https://www.nhs.uk/translation/turkish/Documents/Colds_flu_and_viruses_Turkish_FINAL.pdf

<http://www.acibadem.com.tr/Hayat/Bilgi/grip-nedir>

<https://www.florence.com.tr/saglikli-yasam/Detay/grip-nedir-gripten-korunma>

<http://www.hurriyet.com.tr/7-gunu-gecen-nezle-ve-grip-3861462>

http://www.megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Solunum%20Sistemi%20Hastal%C4%B1klar%C4%B1.pdf

<http://www.eskisehirgundem.com/?sec=1&newscatid=5&newsid=112504>

TEKNİK YAYINLAR

<https://sbu.saglik.gov.tr/ekutuphane/kitaplar/t10.pdf>

<http://www.etkineczacilik.org/egitim/KisHastaliklari/files/assets/common/downloads/K.pdf>

<http://www.canalpercagici.com/upload/2014/10/nezle-ve-grip.pdf>

<http://www.pediatridunyasi.org/common/getCommonFile.aspx?document=224755>

http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Enfeksiyon%20Hastal%C4%B1klar%C4%B1.pdf

<http://194.27.141.99/dosya-depo/stek/pdfs/61/6106.pdf>

http://e-kutuphane.teb.org.tr/pdf/eczaciodasiyayinlari/miep_may91/3.pdf

http://smyrnatipdergisi.com/dosyalar_upload/belgeler/Grip-nezle1467820609.pdf

<http://www.ctf.edu.tr/STEk/pdfs/31/3111HL.pdf>

<http://www.medicana.com.tr/E-Bulten/2014/Kasim/files/assets/common/downloads/publication.pdf>

http://www.klimik.org.tr/wp-content/uploads/2012/02/982011175124-mrDMjf8RAMfm_1.pdf

<http://www.hisam.hacettepe.edu.tr/chbhastalik/sunum/SerhatUnall.pdf>

http://www.klimik.org.tr/wp-content/uploads/2012/02/128201114297-14Mart2008_E_Ertem.pdf

<http://bursaobm.ogm.gov.tr/Lists/Haberler/Attachments/312/%C4%BONFLUENZA%20SUNUM.pdf>

<http://www.solunum.org.tr/slaytlar/?e=T%DCSAD+Enfeksiyon+%C7a%FD%FEma+Grubu+%2D+Grip+ve+Zat%FCrreden+Korunma+Yollar%FD+ve+A%FE%FDlar>

<http://e-kutuphane.teb.org.tr/pdf/mised/mayis03/6.pdf>

<http://m.tuncayulug.com/site/tuncayulug/nezle-grip#2766>

<http://kbb.bezmialemhastanesi.com/tr/Documents/Farenjitler.pdf>

[http://ejfm.trakya.edu.tr/userfiles/2013/August/2\(2\)707227.pdf](http://ejfm.trakya.edu.tr/userfiles/2013/August/2(2)707227.pdf)

<http://www.ttb.org.tr/STED/sted0402/akut.pdf>

<https://www.klimud.org/public/uploads/dosya/1354035959.pdf>

http://acil.tip.akdeniz.edu.tr/_dinamik/132/471.pdf

“Grip ilaçlarını herkes yutmalı mı?

Grip yani influenza virüsleri nedeniyle oluşan ateşli, ağrılı, aksırık öksürüklü tablolarda tedavi için antibiyotikleri kullanmak tam bir cahillik!

Cahillik çünkü antibiyotiklerin virüsler üzerine hiçbir etkisi yok. Ama nedense ve nasılsa biz doktorlar dahil aksırık öksüren, ateşi azıcık yükselen herkes hemen bir antibiyotik yutmaya başlıyor.

Peki influenza virüslerini yok eden etkili bir ilaç yani “antiviral bir hap” yok mu? Var! Nöraminidaz baskılayıcılar. Mesela oseltamivir. Mesela zanamivir. Ama bunların kullanım alanları sadece şiddetli-ağır durumlarla sınırlı.

Zira yan etkileri çok fazla ve mühim. Diğer taraftan “korunmak” amacı ile “antiviral hap” yutmak da son derece yanlış bir tutum.” <http://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/osman-muftuoglu/hs-crp-testi-neden-onemli-40660951>

<http://www.milliyet.com.tr/yazarlar/yaman-toruner/hastalik-mevsimi-2575225/>

Boğazım ağrıyor ne yapayım?

23 Aralık 2017

Mevsim kış. Boğaz ağrılarını sıklaştıran nedenlerin adeta sıraya girdiği bir zaman dilimi. Soğuk ve kuru hava, enfeksiyonlar derken “boğaz ağrısına” paçayı kaptırmamak bir hayli zor. Hele bir de sorun farenjit, tonsilit (bademcik iltihabı), soğuk algınlığı ya da nezle ise yandınız! Peki ne yapmalı bu gibi durumlarla karşılaşınca? “Evde neler yapılabilir?” sorusunun yanıtları aşağıdaki kutuda...

Boğaz ağrılarına basit çözümler

- ◇ Odanızı nemlendirin. Kuru hava ağrıyı şiddetlendiriyor. Mümkünse yapay buhar üreten cihazlardan istifade edin.
- ◇ Bol ve sık ılık sıvı için; su, bitkisel çay, meyve suyu...
- ◇ Sıcak duş, özellikle buharı bol bir banyo ile birlikteyse rahatlatıcı olabilir.
- ◇ Adaçayı (ılık) ile gargarayı deneyin. Adaçayını bir güzel demleyip ılıtın ve günde 8-10 kez gargara yapın.
- ◇ Tuzlu su gargarası da iyi gelebilir, deneyin:
1 fincan ya da çay bardağı ılık suya 1 çay kaşığı tuz karıştırıp eritip o tuzlu su ile gargara yapın.
- ◇ Sambucus nigra, adaçayı özü, propolis, çinko, C vitamini içeren pastillerden istifade edebilirsiniz.
- ◇ Papatya çayı da denemeye değer bir çözüm olabilir.
- ◇ Elma sirkesi gargaraları ile rahatlayıp çözüm arayanlar da var.

<http://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/osman-muftuoglu/griple-nezleyle-mucadelenin-yol-haritasi-40674095>