

## مشروع أرينا (ARENA)

الهدف من هذا المشروع (ARENA) هو الحفاظ على فعالية المضادات الحيوية على المدى البعيد. ولتحقيق هذا الهدف يجب الحد من مقاومة الكائنات الحيوية الدقيقة للمضادات الحيوية، أو على الأقل إبطاء تطورها .

ومن أجل ذلك تسعى (ARENA) إلى تقصي وجوب استخدام المضادات الحيوية من عدمه، حيث تم اختيار عدد من الأمراض الشائعة والتي نادرا ما تستدعي استخدام المضادات الحيوية تحديداً، كالتهابات الجهاز التنفسي العلوي والتهاب الأذن الوسطى أو الجيوب الأنفية.

يعتزم الأطباء في 14 شبكة من شبكات الأطباء في ولاية بافاريا ونورد راين فيستفاليا التأكد من جدوى المضادات الحيوية للعلاج. من أجل اكتساب القدر اللازم من المعرفة ويعتمد الأطباء إلى الالتحاق بدورات تعليمية مستمرة، حيث يجتمعون مع زملائهم في ما يعرف بحلقات تطوير الجودة، لمعرفة ومناقشة مدى جدوى تناول المضادات الحيوية والحالات التي يجب فيها تجنبها. كما يتلقى بعض الأطباء الدعم من خلال برامج سوف وير المخصصة لذلك. وفي عيادات أخرى يتم تدريب مساعدي الأطباء. علاوة على ذلك تتم توعية المرضى والرأي العام حول موضوع «استخدامات المضادات الحيوية في كافة المناطق التي تقدم فيها المشروعات والفعاليات المتعلقة بهذا الأمر.

نتمنى لك

الشفاء العاجل

ويرجى تذكر:

المضادات الحيوية هي قيمة ثمينة !

فلا تأخذ المضادات الحيوية على

الفور !

يرجى المساعدة في الحفاظ على

فعالية هذه الأدوية الهامة



تريد أن تعرف المزيد؟

قم بزيارتنا على العنوان التالي

[www.arena-info.de](http://www.arena-info.de)

# قليل من الاسترخاء

خير من المضادات الحيوية



نصائح طبية  
قيمة

معلومات حول:

التهابات الأذن الوسطى

والتعافي الأمثل دون مضادات حيوية

ARena

aQua

ZUKUNFT DURCH QUALITÄT

MINISTERIUM FÜR  
ARZTNETZE

KVB  
Kassenärztliche  
Vereinigung  
Bayerns

AOK  
Die Gesundheitskasse.

## آلام شديدة في الأذن؟ موقع ووظيفة الأذن الوسطى

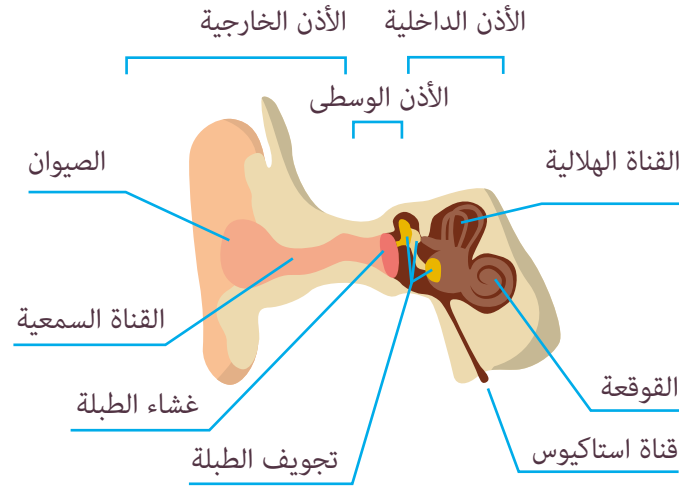
### مسببات الأعراض:

لآلام الأذن أسباب متعددة. وفي أغلب الأحيان يعود السبب في ذلك إلى الالتهاب الحاد في الأذن الوسطى، وهو ما يسمى التهاب الأذن الوسطى. وغالباً ما يصيب هذا المرض الأطفال ونادراً ما يحدث لدى البالغين. وهو عادة ما يصاحب نزلات البرد أو يظهر بعد الإصابة بها. ومن بين أهم الأعراض الأخرى التي تصاحب هذا المرض:

- الحمى
- السعال
- القيء (وخصوصاً عند الأطفال)
- الشعور بالتعب والإنهاك العام

وتسبب التهابات الأغشية المخاطية على مستوى الجهاز التنفسي الناجم زيادة في إفراز السائل المخاطي. ونظراً لانتفاخ الغشاء المخاطي لا تتمكن هذه الإفرازات المخاطية أن تمر بحرية عبر الممر بين الأذن الوسطى والحلق، ما يؤدي بالتالي إلى تجمعها في الأذن الوسطى، الأمر الذي ينجم عنه ضغط يسبب آلام الأذن. كما أن السائل المتراكم يصبح أرضاً خصبة للبكتيريا. حينئذ يصبح تناول المضادات الحيوية أمراً مجدياً .

### تقع الأذن الوسطى بين الأذن الخارجية والأذن الداخلية



وتشمل طبلة الأذن، تجويف الطبلة (مما في ذلك المطرقة، السندان والركاب)، فضلاً عن قناة استاكيوس .

تقوم الأذن الوسطى بنقل ذبذبات الصوت من غشاء الطبلة إلى الأذن الداخلية.

### ما الذي يمكنني فعله لو أصبت؟

ما يقرب من ٨٠ في المئة من حالات الالتهاب الحاد التي تصاب بها الأذن الوسطى تتمثل للشفاء تلقائياً ، حيث أن المرض ينجم غالباً عن الإصابة بالفيروسات، لذا فلا جدوى من تناول المضادات الحيوية.

يمكنك بالاستعانة بعلاجات منزلية بسيطة لتخفيف الأعراض والآلام

- الامتثال لقسط من الراحة .
- شرب الكثير من السوائل .
- إستعمال كمادات لأسفل الساقين في حال الإصابة بالحمى .
- تناول أدوية مخففة للآلام كالأيبوبروفين أو الباراسيتامول إذا لزم الأمر بعد إستشارة الطبيب أو الصيدلي.

### متى يجب أن أذهب إلى الطبيب؟

استشارة الطبيب إذا لم تتلا ش الحمى والآلام بعد ٤٨ ساعة .  
إذا كان طفلك الصغير يعاني من أوجاع في الأذن فعليك حالاً استشارة الطبيب.