

Prehlada (respiratorna infekcija) kod odraslih i dece



Kijanje, kašljanje, bol u grlu, kijavica, blago povišena temperatura, bolovi u rukama i nogama, kao i glavobolja su tipični simptomi prehlade. Prehlada, ili respiratorna infekcija, često se pogrešno izjednačava sa gripom. Međutim, prehlada se razvija postepeno - za razliku od gripa čiji se simptomi pojavljuju iznenada i praćeni su visokom temperaturom.

Prehlada je obično bezazlena i nakon oko nedelju dana prolazi sama od sebe. Ali neke tegobe (npr. kašalj) mogu da potraju i duže. Nije uopšte isključeno da vi ili vaše dete nekoliko puta godišnje bolujete od prehlade.

Šta možete sami da preduzmete u slučaju prehlade?

- Odmarajte se i pokušajte da što više spavate.
- Utoplite se.
- Pijte dovoljno tečnosti.
- Ispirajte grlo slanom vodom kako biste ublažili bolove u grlu.
- Ako vam je zapušen nos, mogu vam pomoći lekovi koji smanjuju otok sluznice nosa (npr. sprej za nos). Međutim, nemojte ih koristiti tokom dužeg perioda (najduže nedelju dana).
- Postoje sredstva protiv bolova koja ublažavaju bol i snižavaju telesnu temperaturu. Međutim, uzimajte ih samo ukoliko ih je prepisao lekar. Kod prehlada uglavnom nije potrebno uzimati sredstva protiv bolova.
- Antibiotici obično ne pomažu protiv prehlada. Razlog: Prehlade su najčešće izazvane virusima. Antibiotici, pak, pomažu samo u slučaju bakterijskih infekcija. Uzimajte antibiotike samo ukoliko ih je prepisao lekar.

Kada treba potražiti medicinski savet?

Obratite se porodičnom lekaru:


- ako se nakon tri nedelje simptomi prehlade ne poboljšaju ili se čak pogoršaju.
- ako imate ozbiljne tegobe (npr. visoku temperaturu).
- ako ste topli na dodir, a istovremeno vam je hladno.
- ako vaše dete još nije navršilo godinu dana i ima simptome prehlade.
- ako ste redovno i učestalo prehladeni.
- ako teško dišete.
- ako osećate bol u predelu grudnog koša.
- ako imate neko hronično oboljenje disajnih puteva.

Izbegavajte infekcije!

- redovno i temeljito perite ruke
- kašljite/kijajte u **savijeni lakat** a ne u šake.

Da li je ordinacija vašeg porodičnog lekara trenutno zatvorena?

Obično je dovoljno ako ordinaciju pozovete narednog radnog dana.

Niste sigurni? Onda pozovite  1450, telefonsko Savetovalište za zdravstvena pitanja.

Više informacija naći ćete na www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.
Wo bin ich
richtig?**