

Răceala (infecția gripală)

la adulți și la copii



Strănutat, tuse, dureri de gât, nas încărcat, febră ușoară, dureri de cap și de membre reprezintă simptome tipice ale unei răceli. O răceală, chiar și o infecție gripală, este confundată ușor cu gripa. Răceala apare însă lent - spre deosebire de gripă, ale cărei simptome apar brusc și cu febră mare.

O răceală este de regulă inofensivă și trece de la sine după aproximativ o săptămână. Unele simptome (cum este tusea) se pot menține însă mai mult timp. Copilul dvs. poate contracta de mai multe ori pe an răceala.

Ce puteți face dvs. în cazul unei răceli?

- Odihniți-vă și încercați să dormiți cât mai mult.
- Stați la căldură.
- Consumați destule lichide.
- Faceți gargară cu apă cu sare, pentru a reduce durerile de gât.
- În cazul în care aveți nasul înfundat, puteți folosi medicamente antiinflamatorii (de ex. spray-uri de nas). Acestea trebuie utilizate însă numai o perioadă scurtă de timp (max. 1 săptămână).
- Anumite substanțe împotriva durerilor, pot reduce durerile și febra. Administrați-le însă numai dacă sunt prescrise de către medic. Administrarea substanțelor împotriva durerilor nu este însă necesară de cele mai multe ori la răceli.
- Antibioticele nu ajută la răceală în mod normal. Motivul: Cele mai multe răceli sunt cauzate de viruși. Antibioticele ajută însă numai împotriva infecțiilor de origine bacteriană. Luați antibiotice numai pe baza unei prescripții medicale.

Când este necesar sfatul medicului?

Adresați-vă medicului dvs. de familie atunci când:

- simptomele răcelii nu se ameliorează după trei săptămâni sau chiar se înrăutățesc.
- prezentați simptome foarte grave (de ex. o temperatură înaltă).
- prezentați o temperatură înaltă, dare aveți în același timp o senzație de rece.
- copilul dvs. nu a împlinit încă un an și prezintă simptomele unei răceli.
- suferiți la intervale regulate, în mod repetat, de răceli.
- vă este greu să trageți aer în piept.
- prezentați dureri în zona toracică.
- suferiți de o afecțiune cronică a căilor respiratorii.

Evitați contaminarea!

- spălați-vă la intervale regulate și temeinic mâinile
- tușiți/strănuțați în interiorul cotului și nu în palme

Este cabinetul medicului dvs. de familie închis?

De regulă este suficient să sunați în următoarea zi cu program normal.

Nu sunteți sigur? Atunci sunați la ☎ 1450, serviciul telefonic de consiliere de sănătate.

Mai multe Informații puteți găsi la www.wobinichrichtig.at.



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