



التهاب الحلق

بين البالغين والأطفال

السبب الأكثر شيوعًا لالتهاب الحلق هو نزلات البرد. عادةً ما يختفي التهاب الحلق من تلقاء نفسه بعد عدة أيام. وإذا استمر لأكثر من 14 يومًا، فإنه يُسمى التهاب الحلق المزمن. بالإضافة إلى العدوى، قد يسبب الهواء الجاف (من المدفأة) والأغذية المخاطية الجافة أيضًا ألمًا وحكة في الحلق.

ماذا يمكنك أن تفعله بدورك لتخفيف التهاب الحلق؟

العلاج دون أدوية:

- اشرب ما يكفي من السوائل، ولكن ليس بصورة أكثر من المعتاد.
- اعتنِ بنفسك واسترح جيدًا.
- الإقلاع عن التدخين وتجنب الغرف المليئة بالدخان.
- الغرغرة بالماء والملح أو بشاي الأعشاب (شاي الميرمية أو البابونج).
- **تنبيه:** يجب ألا يستخدم الأطفال الغرغرة بالماء والملح.
- قد تساهم لفافات الرقبة (مثل لفات البطاطس أو الليمون) في تخفيف التهاب الحلق.
- استنشاق البخار قد يخفف حدة التهاب الحلق.
- على سبيل المثال، قد يساعد مص مكعبات الثلج في ترطيب الحلق وتخفيف الألم.

العلاج بالأدوية:

عادة لا يلزم العلاج بالأدوية. نظرًا لأن التهاب الحلق غالبًا ما يحدث بسبب فيروسات، فإن تناول المضادات الحيوية لا يجدي نفعًا عادةً. من الممكن أن يصف الطبيب المضادات الحيوية في حالة رصد الإصابة بعدوى بكتيرية. قد يُساعد تناول أدوية تخفيف الألم أو أقراص الاستحلاب، ولكن يجب أن يتم ذلك دائمًا بالتشاور مع الطبيب.

متى يجب طلب المشورة الطبية؟

يرجى الاتصال بطبيب الأسرة في الحالات التالية:

- إذا أصبت بحمى شديدة.
- إذا لم يتحسن التهاب الحلق أو تفاقم الحالة لديك بعد 3-4 أيام.
- إذا شعرت بالألم في الصدر.
- إذا كانت لديك صعوبة في البلع.
- في حالة سماع أصوات عالية عند التنفس.
- إذا تدهورت حالتك العامة بشكل ملحوظ.

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



يمكنك العثور على المزيد من المعلومات والمصادر على الموقع www.wobinichrichtig.at.

لا يتحمل شركاء المشروع، ولاية النمسا العليا ومؤسسة ÖGK أي ضمان أو مسؤولية حول مدى موضوعية هذه المعلومات وصحتها واكتمالها، وعلى وجه الخصوص، ليست هناك أي مطالبات قانونية مُبررة. لا يُسمح باستخدام هذه المعلومات إلا للاستعلام غير الملزم والمجاني حتى يتم إلغاؤها.