



دردهای گلو

در بزرگسالان و کودکان

شایع‌ترین دلیل دردهای گلو، سرماخوردگی است. دردهای گلو به طور معمول پس از چند روز خود به خود از بین می‌روند. در صورت ادامه به مدت بیش از 14 روز، به آن درد گلوئی مزمن می‌گویند. علاوه بر عفونت‌ها، هوای خشک (گرم‌کننده) و غشاهای مخاطی خشک نیز می‌توانند باعث درد و خراش در گلو شوند.

خودتان برای کاهش گلودرد چه کار می‌توانید انجام دهید؟

درمان بدون دارو:

- به اندازه کافی مایعات بنوشید، اما نه بیش از حد معمول.
- آرام باشید و خوب استراحت کنید.
- از مصرف دخانیات خودداری کنید و از اتاق‌های پردود دوری کنید.
- با آب نمک یا چای گیاهی (چای مریم‌گلی یا بابونه) غرغره کنید.
- توجه: کودکان نباید با آب نمک غرغره کنند.
- کمپرس گلو (مانند کمپرس سیب زمینی یا لیمو) می‌تواند گلودرد را کاهش دهد.
- استنشاق بخار می‌تواند گلودرد را کاهش دهد.
- برای مثال مکیدن تکه‌های یخ می‌تواند به مرطوب شدن گلو و کاهش درد کمک کند.

درمان با دارو:

درمان با دارو معمولاً ضروری نیست. از آنجا که گلودرد اغلب به دلیل ویروس‌ها ایجاد می‌شود، مصرف آنتی‌بیوتیک‌ها نیز معمولاً مفید نیست. در صورت تشخیص عفونت باکتریایی، پزشک می‌تواند آنتی‌بیوتیک تجویز کند. مصرف داروهای مسکن یا قرص‌های مکیدنی می‌تواند مفید باشد، ولی همیشه باید با مشورت پزشک انجام شود.

چه زمان باید با پزشک مشورت کنیم؟

در موارد زیر با پزشک عمومی مشورت کنید:

- تب بالا دارید.
- گلودرد شما بعد از 3-4 روز بهتر نمی‌شود یا حتی بدتر می‌شود.
- دردهایی در قفسه سینه دارید.
- در بلعیدن مشکل دارید.
- هنگام نفس کشیدن، صداهای بلند می‌شنوید.
- وضعیت عمومی‌تان به طور قابل توجه بدتر می‌شود.

GESUND
WERDEN.
Wo bin ich
richtig?



آیا مطب پزشک عمومی شما در حال حاضر بسته است؟
اصولاً، کافی است که در ساعات کاری روز بعد تماس بگیرید.
مطمئن نیستید؟ در این صورت با شماره 1450، مرکز مشاوره تلفنی سلامت تماس بگیرید.

اطلاعات و منابع بیشتر را می‌توانید در www.wobinichrichtig.at بیابید.

ایالت اتریش علیا (ÖÖ) به عنوان همکار پروژه و صندوق سلامت اتریش (ÖGK)، هیچگونه ضمانت یا مسئولیتی درباره بروز بودن، درستی و کامل بودن این اطلاعات ندارند، به ویژه هیچگونه ادعای حقوقی قابل توجیه نیست. استفاده، فقط برای اطلاعات غیر الزام آور و رایگان تا اطلاع ثانوی مجاز است.