

السعال الناجم عن التهاب الشعب الهوائية الحاد

هنا يمكنك القراءة عما يمكنك فعله بنفسك وما يجب أن تفكر فيه إذا كنت تعاني من السعال وتم تشخيص إصابتك بالتهاب الشعب الهوائية الحاد.

عن طريق التخلص من البلغم. بما أن السعال جزء من دفاعات الجسم، فقد يظل لبعض الوقت حتى بعد التعافي من العدوى. إذا كنت بصحة جيدة باستثناء السعال، فلا داعي للقلق، خاصة إذا كنت تتحسن.

يؤدي التدخين إلى تفاقم الأعراض وزيادة خطر تعرضك للإصابة مرة أخرى.

يمكنك أن تسأل أكثر في الصيدليات عن كيفية تخفيف الأعراض بنفسك. كما يمكنك الحصول على المشورة الطبية عبر 1177.

ما الذي يجب عليك الانتباه إليه؟

يُرجى الاتصال بمقدم الرعاية الصحية مرة أخرى إذا

- ← ساءت الأعراض
- ← لاحظت خروج دم مع السعال
- ← أصبت بحمى شديدة
- ← كنت تتنفس بسرعة.

كما يجب عليك الاتصال بمقدم الرعاية الصحية إذا لم يزل السعال في غضون ستة أسابيع من وقت مرضك. وينطبق الأمر نفسه إذا كنت تعاني من سعال طويل الأمد عدة مرات في السنة.

ما هو التهاب الشعب الهوائية الحاد؟

يمكن تشبيه التهاب الشعب الهوائية الحاد بالزكام في الشعب الهوائية. تتورم الأغشية المخاطية في الشعب الهوائية التي تصل بين الحلق والرنين وتصبح متهيجة. السعال هو العرض الأكثر شيوعاً. قد تسعل مع إخراج البلغم وتعاني من ألم في الصدر عند السعال. قد تعاني أيضاً من الحمى، التهاب الحلق، سيلان الأنف، خاصة في الأيام الأولى.

يحدث التهاب الشعب الهوائية الحاد بسبب الفيروسات أو البكتيريا. قد يبدو الأمر مزعجاً ولكن عادةً ما يشفى من تلقاء نفسه. في بعض الأحيان، يستغرق الأمر عدة أسابيع قبل أن يختفي السعال تماماً.

ماذا يمكنك أن تفعل بنفسك؟

- ← عند السعال، يمكن أن تساعد المشروبات الساخنة في إذابة البلغم.
- ← إن النوم مع رفع الرأس باستخدام وسادة إضافية قد يشعرك بتحسن.

← يمكن تخفيف ألم الصدر والحمى باستخدام الأدوية التي تُباع بدون وصفة طبية التي تحتوي على الباراسيتامول أو الإيبوبروفين.

عادةً ما يكون لأدوية السعال تأثير محدود. يمكن أن يكون السعال مزعجاً، ولكن هذه هي طريقة الجسم في حماية الرئتين

هل تساعد المضادات الحيوية في علاج التهاب الشعب الهوائية الحاد؟

لا تساعد المضادات الحيوية في علاج التهاب الشعب الهوائية الحاد إذا كانت لديك رئتان سليمتان. رغم أن التهاب الشعب الهوائية الحاد ناتج عن البكتيريا، إلا أن المضادات الحيوية لا تساعدك على التعافي بشكل أسرع.

هل هناك سلبيات للمضادات الحيوية؟

المضادات الحيوية هي أدوية مهمة مطلوبة لبعض حالات العدوى البكتيرية. ينبغي استخدام مضادات الالتهابات فقط إذا كان استخدامها يؤدي إلى تحسن واضح، لأن المضادات الحيوية لها سلبيات أيضاً. حتى البكتيريا المفيدة في الجسم تموت بسبب المضادات الحيوية. يمكن أن تسبب المضادات الحيوية آثاراً جانبية مثل الإسهال والطفح الجلدي.

كلما زاد استخدام المضادات الحيوية في المجتمع، زاد خطر مقاومة البكتيريا للمضادات الحيوية وزادت صعوبة علاجها. وهذا سبب آخر يدعو لعدم استخدام مضادات الالتهاب إلا إذا كان استخدامها مفيداً.

ملاحظات

اتصل برقم الهاتف **1177** إذا كنت بحاجة إلى استشارة طبية. حيث تحصل على مساعدة لتقييم الأعراض أو لمعرفة الجهة التي يمكنك طلب الرعاية لديها. كما يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني www.1177.se

تم إنتاج كتيب المعلومات هذا من قبل هيئة الصحة العامة و Strama (البرنامج الاستراتيجي السويدي لمكافحة مقاومة المضادات الحيوية). تم طرح صحيفة الوقائع ضمن مبادرة Antibiotikasmart Sverige. يستند النص إلى توصيات العلاج من هيئة الأدوية السويدية. تنطبق المعلومات على المسار المتوقع للعدوى الشائعة. يمكن تنزيل صحيفة الوقائع باللغة السويدية والمزيد من اللغات الأخرى على www.folkhalsomyndigheten.se/patinfo-bronchitis

