

Застуда

ІНФОРМАЦІЯ, ЩО НАДАЄТЬСЯ ПІД
ЧАС ВІЗИТУ ДО МЕДИЧНОГО ЗАКЛАДУ

Застуда — це інфекція, що майже завжди викликається вірусами. Застуда зазвичай проходить без лікування, але може викликати неприємні відчуття. Ви можете самостійно полегшити симптоми.

Що таке застуда?

Симптомами застуди є нежить, кашель, біль у горлі та відчуття втоми. У деяких випадках може також підвищуватись температура. Застуда є поширеним захворюванням як у дітей, так і у дорослих, і може виникати кілька разів на рік.

Застуда може викликати неприємні відчуття. Зазвичай вона триває від одного до двох тижнів, але до повного одужання може знадобитись і більше часу. Кашель може тривати кілька тижнів після одужання.

Що можна зробити самостійно?

Інфекція може викликати відчуття втоми. У такому випадку треба більше відпочивати та берегти себе, особливо якщо у вас підвищена температура.

- Якщо у вас кашель або закладений ніс, може бути комфортніше спати з піднятою головою на додатковій подушці.
- Деякі люди відчувають полегшення болю у горлі, якщо випити холодний або теплий напій. Можна декілька днів вживати їжу у рідкій формі, щоб легше було харчуватись.
- Безрецептурні ліки, що містять парацетамол або ібупрофен, можуть зменшити больові відчуття та знизити температуру.
- При кашлі стан можуть полегшити теплі напої, які також допомагають розріджувати мокротиння.

- При закладеності носа може допомогти назальний спрей проти набряку. Використовуйте його не більше 10 днів.

Дізнатися більше про те, як самостійно полегшити симптоми, можна в аптеці. Там вам також пояснять, які препарати підходять дітям різного віку. Крім того, можна отримати медичну консультацію за номером 1177.

Куріння погіршує симптоми та збільшує ризик повторного захворювання.

Застуда легко передається, тому обов'язково мийте руки, а при кашлі та чханні прикривайте рот та ніс згином руки.

На що слід звернути увагу?

Зазвичай застуда проходить без медичного втручання. Зверніться за медичною допомогою знову, якщо

- ваші симптоми погіршуються, наприклад якщо у вас висока температура і ви почуваетесь дуже погано;
- у вас висока температура, що триває довше чотирьох днів.

Крім того, завжди звертайтеся до лікаря, якщо інфекція викликає у вас або у когось із ваших близьких тяжкий перебіг хвороби.

ПЕРЕГОРНІТЬ ... ➤



Folkhälsomyndigheten

strama

Чи допомагають при застуді антибіотики?

Ні, антибіотики не допомагають проти застудних вірусів. Іноді одразу після застуди може виникнути нова інфекція. Більшість поширених інфекцій проходять без лікування.

Чи є недоліки при прийомі антибіотиків?

Антибіотики — це важливі лікарські засоби, необхідні для лікування певних бактеріальних інфекцій, але їх слід приймати тільки тоді, коли вони приносять очевидну користь, оскільки вони мають і недоліки. Вони вбивають також і корисні бактерії, які є в організмі, та можуть викликати побічні ефекти, такі як діарея та висип.

Чим більше антибіотиків використовується в суспільстві, тим більше зростає ризик того, що бактерії стануть стійкими до антибіотиків і спричинені ними інфекції буде важче лікувати. Це ще одна причина використовувати антибіотики лише тоді, коли вони приносять користь.

Нотатки

Якщо вам потрібна медична консультація, зателефонуйте за номером **1177**. Вам допоможуть оцінити ваші симптоми та пояснять, куди слід звернутися за допомогою. Ви також можете відвідати веб-сайт **www.1177.se**

Інформацію надали Folkhälsomyndigheten та організація Strama, що керує програмою проти антибіотикорезистентності. Інформаційну листівку було розроблено в рамках ініціативи Antibiotikasmart Sverige. Інформація стосується звичайного перебігу поширених інфекційних захворювань. Інформаційну листівку можна завантажити шведською мовою та деякими іншими мовами за посиланням www.folkhalsomyndigheten.se/patinfo-forkylning

