

Durerea in gat

Aceasta fisa informativa explica ce este 'normal' si la ce sa va asteptati daca incepe sa va doara in gat. De asemenea va informeaza in ce situatii trebuie sa va ingrijorati si sa cautati sfatul medicului sau al personalului medical specializat.

Util de stiut

- **Cat de firesti sunt durerile in gat?** Durerile in gat sunt deosebit de obisnuite.
- **Ce cauzeaza durerile in gat?** In general sunt cauzate de infectii virale nepericuloase si se vindca de la sine. Puteti suferi de *amigdalita bacteriala* daca aveti puroi pe amigdale (cele doua formatiuni de tesut limfatic de pe o parte si alta pe interiorul gatului), durere in glandele de pe interiorul gatului si febra – dar fara tuse. *Virusul Epstein-Barr*, cel care cauzeaza febra glandulara, este responsabil pt 1 la 10 cazuri din 100.

La ce sa va asteptati?

- ✓ **Cat dureaza simptomele?** Durerile in gat se amelioreaza cam intre 3 si 7 zile (doua saptamani maxim) fara a fi necesara tratarea de catre medic. In majoritatea cazurilor dureaza in medie 8 zile.
- ✓ **Sunt necesare antibiotice?** In mod normal nu va trebuie antibiotice (care daca sunt administrate fara a fi nevoie de ele pot cauza mai mult rau decat bine) in majoritatea cazurilor de infectie in gat.
- ✓ **Sunt necesare analize?** Este foarte putin probabil sa necesitati analize medicale precum prelevarea de secretie din gat (exudat faringian).

Ce puteti face dvs – acum cat si pe viitor?

- ✓ **Remedii naturiste si la domiciliu** Puteti ameliora durerea in gat mancand mancare rece, moale, si band bauturi reci sau caldute, precum si daca luati pastille contra durerilor in gat, sau faceti gargara cu apa sarata.
- ✓ **Fumatul** Evitati fumatul si fumul cat de mult posibil.
- ✓ **Fluide** Beti intre 6 si 8 pahare de lichide (de preferat apa) zilnic, in special daca aveti febra.
- ✓ **Calmante** Calmantele pot ajuta cu ameliorarea simptomelor de durere in gat, febra si dureri de cap la adulti. Luati-le pe cele pe care le suportati mai bine si discutati cu farmacistul dvs daca nu sunteti sigur/ a ca stiti ce anume puteti lua.

Continuat pe verso

FISA INFORMATIVA NR. 10 (version 1.0.1.)

- ✓ **Gargara, bomboanele de supt si spraiurile** Nu exista suficiente dovezi pt. a recomanda gargara, bomboanele de supt si spraiurile, dar este posibil sa va ajute.

Cand ar trebui sa mergeti la medic?

Cautati sfatul medicului daca simptomele nu se amelioreaza dupa doua saptamani, sau daca aveti in mod frecvent dureri in gat care nu trec cu calmante.

Simptomele si semnele de avertisment:

- **Febra ridicata** Daca febra ridicata cu temperatura peste 38°C nu scade nici atunci cand luati ibuprofen si/ sau paracetamol;
- **Febra glandulara** O durere in gat ce nu trece in 10 - 14 zile, sau care se se agraveaza, poate indica *febra glandulara*;
- **Respiratie** Daca respirati cu dificultate si simtiti ca si cum vi se blocheaza gatul/ beregata;
- **Salivare si inflamatii** Daca salivati (va curge saliva din gura) si va este greu sa inghititi – aceasta este o URGENTA!
- **Severitate** Daca durerea este puternica si nu raspunde la calmante cumparate fara reteta;
- **Schimbarea vocii** Daca vocea va devine ingatuita/ inabusita;
- **Lichide** Daca va este greu sa beti suficiente lichide si deveniti deshidratat;
- **Efecte asupra vietii de zi cu zi** Daca va simtiti atat de rau incat va afecteaza modul normal de viata si va este greu sa functionati normal;
- **HIV/SIDA sau alte cauze de imunitate scazuta** Daca suferiti de durere in gat si sistemul imunitar deficitar din cauza ca suferiti de HIV/SIDA, ori pt ca luati anume medicamente (cum are fi chemoterapie, doze ridicate de steroizi, antireumatice cu actiune lenta, numite si modificatoare ale bolii, sau un medicament numit *carbimazol*), ar trebui sa fiti vazut de medic daca incepeti sa aveti de dureri in gat.

Unde pot gasi mai multe informatii?

Pt mai multe informatii despre ceea ce puteti face in cazul imbolnavirii de sinuzita, vizitati **NHS Choices** (<http://www.nhs.uk/Conditions/Cold-common/Pages/Introduction.aspx>) sau **Patient.co.uk** (<http://www.patient.co.uk/health/Common-Cold.htm>) Retineti ca si farmacistul dvs va poate de asemenea ajuta sa intelegeti simptomele pe care le aveti.



