

ПРОСТУДА

Сводка информации для пациентов

Причины обычной простуды

- Обычная простуда может вызываться более чем 200 различными вирусами.
- Чаще всего простуды вызываются риновирусами.

Продолжительность обычной простуды

При простуде обычно наблюдаются насморк, воспаление горла, чихание и кашель. Эти симптомы могут продолжаться от 10 до 15 суток.

Обращайтесь в медицинское учреждение:

- если температура тела повысится до более чем 104°F (40°C);
- если симптомы не пройдут в течение 10 дней;
- если прием лекарств, отпускаемых без рецепта, не приведет к облегчению симптомов.

Если вашему ребенку меньше трех месяцев, и у него температура выше 100,4°F (38°C), безотлагательно позвоните в обслуживающее вас медицинское учреждение.

Лечение

Так как обычная простуда вызывается вирусом, антибиотики не помогут вам чувствовать себя лучше. Насморк или простуда почти всегда проходят сами. Отдых, прием лекарств, отпускаемых без рецепта, и другие методы ухода за собой могут помочь вам или вашему ребенку чувствовать себя лучше.

Как почувствовать себя лучше

- Как можно больше отдыхайте.
- Пейте много жидкостей.
- Используйте чистый увлажнитель воздуха или испаритель, создающий прохладный туман.
- Избегайте курения и старайтесь не вдыхать чужой дым и другие загрязнители воздуха.
- Принимайте ацетаминофен, ибупрофен или напроксен, чтобы уменьшить боль или понизить температуру. (Проконсультируйтесь с персоналом обслуживающего вас медицинского учреждения или с фармацевтом, чтобы узнать, какие лекарства могут безопасно принимать новорожденные и дети.)
- Принимайте противовирусное средство или впрыскивайте в нос раствор соли в аэрозольной упаковке (детям младше 2 лет противовирусные средства противопоказаны).



Oregon Alliance Working for Antibiotic
Resistance Education
800 N.E. Oregon Street STE 772
Portland, Oregon 97232
www.healthoregon.org/antibiotics

По запросу, этот документ может быть предоставлен в альтернативном формате лицам с нарушениями функций или на другом (не английском) языке лицам с ограниченными навыками владения английским языком. Для того, чтобы запросить это издание в другом формате или на другом языке, свяжитесь с Управлением общественного здравоохранения по тел. 971-673-1222 (телетайп: 971-673-0372).