

ბრონქიტის პრევენცია და მკურნალობა

არ გამინებთ ხველა ღამით? გრძობთ ტკივილს გულმკერდის არეში და დაღლილობას? შესაძლოა, თქვენ გაქვთ მწვავე ბრონქიტი. თუმცა, გაითვალისწინეთ: ანტიბიოტიკები განკურნებაში არ დაგეხმარებათ.

რა არის მწვავე ბრონქიტი?

ბრონქიტი ვითარდება მაშინ, როდესაც ფილტვების სასუნთქი გზები შუპდება და წარმოიქმნება ლორწო. სწორედ ეს იწვევს ხველას. მწვავე ბრონქიტი, რომელსაც ხშირად "გულმკერდის გაციებას" უწოდებენ, ბრონქიტის ყველაზე გავრცელებული ფორმაა. სიმპტომები გრძელდება 3 კვირაზე ნაკლებ ხანს. ეს ინფორმაცია განკუთვნილია თქვენთვის, თუ ხართ ჯანმრთელი ადამიანი გულისა და ფილტვების ქრონიკული პრობლემების ან დასუსტებული იმუნური სისტემის გარეშე.

სიმპტომები

- ხველა (ლორწოთი ან მის გარეშე)
- ტკივილი ან დისკომფორტი გულმკერდის არეში
- დაღლილობა
- მსუბუქი თავის ტკივილი
- მსუბუქი კუნთების ტკივილი
- ყელის ტკივილი

გამომწვევი მიზეზები

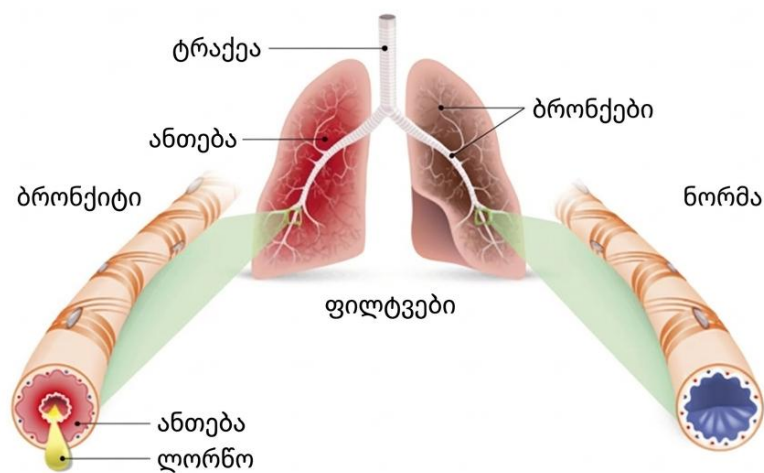
- მწვავე ბრონქიტს, როგორც წესი, ვირუსი იწვევს.
- ზოგჯერ მიზეზი შეიძლება იყოს ბაქტერია, თუმცა ამ შემთხვევაშიც კი ანტიბიოტიკების გამოყენება არ არის რეკომენდებული და ის არ დაგეხმარებათ გამოჯანმრთელებაში.

როდის მივმართოთ ექიმს?

მიმართეთ სამედიცინო პერსონალს, თუ თქვენ ან თქვენს შვილს გაქვთ შემდეგი სიმპტომები:

- ტემპერატურა **38°C** ან უფრო მაღალი
- ხველა სისხლის შემცველი ლორწოთი
- სუნთქვის უკმარისობა ან სუნთქვის გაძნელება
- სიმპტომები **3 კვირაზე მეტხანს** გრძელდება
- ბრონქიტის ეპიზოდები განმეორებითია

ბრონქიტი



მკურნალობა

მწვავე ბრონქიტი, როგორც წესი ანტიბიოტიკების გარეშე თავისით გაივლის. ანტიბიოტიკები საჭირო არ არის, რადგან ისინი ვერ დაგეხმარებათ, ხოლო მისგან გამოწვეულმა გვერდითმა მოვლენებმა შესაძლოა ზიანი მოგაყენოთ (მაგალითად: გამონაყარი, ანტიბიოტიკორეზისტენტული ინფექციები ან საჭმლის მომნელებელი სისტემის სერიოზული პრობლემები).

თუ თქვენ გაქვთ ყივანახველა (ყივანახველა) ან პნევმონია, რომელსაც შეიძლება ჰქონდეს მწვავე ბრონქიტის მსგავსი სიმპტომები, ექიმი, სავარაუდოდ, ანტიბიოტიკებს დაგინიშნავთ.

როგორ ვიგრძნოთ თავი უკეთესად:

- დაიცავით წოლითი რეჟიმი
- მიიღეთ დიდი რაოდენობით სითხე.
- გამოიყენეთ ჰაერის დამატენიანებელი ან ფიზიოლოგიური ხსნარის ცხვირის წვეთები. პატარა ბავშვებისთვის ლორწოს გასაწმენდად გამოიყენეთ რეზინის შემწოვი.
- ჩაიტარეთ ინჰალაცია (ცხელი წყლის ორთქლით ან შხაპით).
- გამოიყენეთ ყელის საწუწნი აბები (არ მისცეთ 4 წელზე უმცროსი ასაკის ბავშვებს).
- გამოიყენეთ თაფლი ხველის დასამშვიდებლად (მხოლოდ 1 წელზე უფროს ასაკში).

მნიშვნელოვანია: ურეცეპტოდ გასაცემი მედიკამენტების გამოყენებამდე გაიარეთ კონსულტაცია ექიმთან, განსაკუთრებით ბავშვების შემთხვევაში. **არასოდეს მისცეთ ასპირინი ბავშვებს!** გახსოვდეთ, ყოველთვის გამოიყენეთ ურეცეპტოდ გასაცემი მედიკამენტები ინსტრუქციის მიხედვით. ფრთხილად იყავით ბავშვებისთვის ურეცეპტოდ გასაცემი მედიკამენტების მიცემისას. ყველა ურეცეპტოდ გასაცემი მედიკამენტი არ არის რეკომენდებული გარკვეული ასაკის ბავშვებისთვის. გახსოვდეთ, ურეცეპტოდ გასაცემი მედიკამენტები შეიძლება დროებით ამსუბუქებდეს სიმპტომებს, მაგრამ ისინი არ განკურნავენ თქვენს დაავადებას.

ტკივილგამაყუჩებლები:

- 6 თვეზე უმცროსი ასაკის ბავშვები: მიეცით მხოლოდ პარაცეტამოლი.
- 6 თვის ან უფროსი ასაკის ბავშვები: პარაცეტამოლი ან იბუპროფენის მიცემა დასაშვებია.
- არასოდეს მისცეთ ბავშვებს ასპირინი, რადგან მას შეუძლია გამოიწვიოს რეის სინდრომი, იშვიათი, მაგრამ ძალიან სერიოზული დაავადება, რომელიც აზიანებს ღვიძლს და ტვინს.

ხველისა და გაციების მედიკამენტები:

4 წლამდე ასაკის ბავშვები: არ გამოიყენოთ, თუ ექიმი კონკრეტულად არ გირჩევთ. ურეცეპტოდ გასაცემი ხველისა და გაციების საწინააღმდეგო მედიკამენტების გამოყენებამ მცირეწლოვან ბავშვებში შეიძლება გამოიწვიოს სერიოზული და პოტენციურად სიცოცხლისთვის საშიში გვერდითი მოვლენები.

4 წლის და უფროსი ასაკის ბავშვები: განიხილეთ თქვენი ბავშვის ექიმთან, უსაფრთხოა თუ არა ურეცეპტოდ გასაცემი ხველისა და გაციების საწინააღმდეგო მედიკამენტების მიცემა სიმპტომების დროებითი შემსუბუქების მიზნით.

პრევენცია

- ხშირად დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით (მინიმუმ 20 წამი) , გამოიყენეთ ხელის სადეზინფექციო საშუალება, რომელიც შეიცავს მინიმუმ 60%-იან სპირტს.
- ჩაიტარეთ ყველა რეკომენდებული ვაქცინაცია.
- მოერიდეთ მოწევას, გამონაბოლქვს და ჰაერის დაბინძურებას.
- ხველის ან ცემინებისას ყოველთვის დაიფარეთ პირი და ცხვირი.
- თუ შესაძლებელია, ავადმყოფობის დროს დაიცავით დისტანცია სხვებისგან და მოერიდეთ სხვებთან კონტაქტს
- ავადმყოფობის დროს დარჩით სახლში და არ დაესწროთ ბავშვებს სკოლაში ან საბავშვო ბაღში ავადმყოფობის დროს.

ანტიბიოტიკები მწვავე ბრონქიტის სამკურნალოდ არ გამოიყენება. ანტიბიოტიკების გამოყენებამ, როდესაც ეს აუცილებელი არ არის, შეიძლება მეტი ზიანი გამოიწვიოს, ვიდრე სარგებელი.

დამატებითი ინფორმაციისთვის ეწვიეთ: www.cdc.gov/antibiotic-use