

Ból gardła - najczęstsze przyczyny



Ból gardła - najczęstsze przyczyny

Data publikacji
06.12.2022 12:11

Ból gardła jest jednym z typowych objawów infekcji organizmu.

Ból gardła jest oznaką zapalenia błony śluzowej. Infekcje, które je powodują, zwykle mają podłoże wirusowe, rzadziej bakteryjne. Ból pojawia się zwykle, kiedy organizm jest osłabiony. Na obniżenie odporności wpływ może mieć zmęczenie fizyczne, psychiczne, ale także wychłodzenie organizmu w wyniku niedopasowania ubioru do pogody lub nieprawidłowa dieta. Należy obserwować jak szybko stan zdrowia się pogarsza, a w razie nieustępujących objawów udać się do lekarza.

Infekcje o podłożu wirusowym leczy się łatwiej i szybciej. Są też mniej uciążliwe dla chorego.

Do typowych objawów można zaliczyć: ból głowy, uczucie osłabienia, niewielką gorączkę, zatkany nos i kaszel. W przypadku infekcji bakteryjnych objawy utrzymują się dłużej i są silniejsze. Ból gardła wywołany przez bakterie jest męczący, towarzyszy mu zwykle silna gorączka oraz bolesny obrzęk migdałków połączony z uczuciem dyskomfortu przy przełykaniu śliny.

W przypadku pojawienia się bólu gardła przez pierwsze kilka dni warto stosować domowe metody leczenia, wygrzewanie organizmu, unikanie wysiłku fizycznego i wychłodzenia, zwłaszcza przewiania okolic głowy i szyi. Lekarze często zalecają picie naparów z miodu, imbiru, czosnku, cebuli i cytryny, które zawierają substancje bakterio- i wirusobójcze oraz cechują się antyseptycznym działaniem. Pomóc mogą również inhalacje z dodatkiem olejków eterycznych (np. sosnowy czy eukaliptusowy). Ból skutecznie łagodzi spożywanie ciepłych płynów, np. herbaty lub zupy. Warto unikać natomiast napojów gazowanych oraz silnie schłodzonych.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://www.gazetasenior.pl/bol-gardla-najczestsze-przyczyny>

Grafika: <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)