



گلودرد بزرگسالان

از اینجا
شروع کنید

گلودرد (اگر با دیگر علائم سرفه و سرماخوردگی همراه است به بخش مربوط نگاه کنید.)

بله

در صورت لزوم از داروی ضد تب استفاده کنید (صفحه ۶۰ را ببینید) هم اکنون به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

خیر

به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

بله

به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

- آیا تب بیش از $38/5$ درجه سانتی گراد دهانی دارید؟ **یا**
- آیا در بلع و تنفس مشکل زیادی دارید؟ **یا**
- آیا بثورات پوستی جدید دارید؟ **یا**
- آیا گلودرد تنها و بدون علائم آبریزش بینی، سرفه و سرماخوردگی دارید؟

خیر

توصیه های خانگی را مطالعه کنید

- آیا با درمان های خانگی بلع شما راحت تر شده است؟

بله

توصیه های خانگی را ادامه دهید

- آیا بعد از ۲ تا ۳ روز، هنوز گلودردتان شدید است یا در حال بدتر شدن است؟

خیر

هر ۲۴ ساعت بر اساس این تابلو وضعیت را بررسی کنید.

گلودرد بزرگسالان

گلو درد بزرگسالان



توصیه‌های خانگی

۱. زیاد استراحت کنید و زیاد مایعات بنوشید
 ۲. برای رفع درد و تب استامینوفن، آاس آ یا بروفن استفاده کنید. برای افراد زیر ۲۰ سال آاس آ (آسپیرین) توصیه نمی‌شود. برای دوز مناسب استامینوفن به صفحه ۶۰ مراجعه کنید.
 ۳. شما ممکن است محلول‌های قرقره یا بی‌حسی را در کاهش درد و کمک به خوردن آسان‌تر غذا، مفید بیابید. استفاده از قرقره آب نمک گرم یا چای غلیظ نیز می‌تواند در کاهش درد، مفید باشد.
 ۴. می‌توان از قرص‌های مکیدنی یا آبنبات‌های بدون اسانس برای نرم شدن گلو استفاده کرد.
 ۵. بخور سرد می‌تواند کمک‌کننده باشد.
 ۶. ممکن است در ۲ تا ۳ روز اول، خوردن غذاهای نرم، سوپ و مایعات آسان‌تر باشد.
 ۷. برای دو تا سه روز مصرف غذاهای نرم، سوپ و مایعات با بلع راحت‌تر همراه است.
 ۸. اگر صدای تان گرفته است (لارنژیت)، سعی کنید به صدای تان استراحت دهید. اگر صدای گرفته ۲ تا ۳ هفته بهبود نیافت باید به پزشک مراجعه کنید.
- «توصیه مهم: به یاد داشته باشید برای گلودرد شدیدی که با سرفه، آبریزش بینی یا احتقان سروسینه همراه است، باید به پزشک مراجعه کنید.»



گلودرد

اکثر گلودردها بخشی از علایم بیماری‌های ویروسی هستند که سرماخوردگی و سرفه نیز ایجاد می‌کنند. این عفونت‌های ویروسی را نمی‌توان با آنتی‌بیوتیک درمان کرد. اگر درد شدید، تب بالا، بثورات پوستی، مشکل در بلع وجود داشته باشد باید به پزشک مراجعه شود، در اکثر موارد گلودرد ظرف یک هفته یا کمتر بهبود می‌یابد. تابلوی صفحه بعد به شما در تصمیم‌گیری برای مراجعه به پزشک کمک می‌کند. از آنجا که آنتی‌بیوتیک‌ها اثر فوری در کاهش درد ندارند، مراجعه شبانه به بخش اورژانس برای گرفتن آنتی‌بیوتیک ضرورت ندارد. برای رفع درد به توصیه‌های خانگی مراجعه کنید.

علایم بزرگسالان:

- ▶ گلودرد
- ▶ درد هنگام بلع
- ▶ تب
- ▶ تورم گره‌های لنفاوی گردن
- ▶ گرفتگی صدا یا لارنژیت
- ▶ قرمزی گلو یا چرک در لوزه‌ها

