

<p></p> <p> </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;">BOLILE SEZONULUI RECE</p> <p class="MsoNormal" style="margin-top: 14.05pt; margin-right: 9.35pt; margin-bottom: 14.05pt; margin-left: 14.05pt; text-align: justify; line-height: 16.85pt; background: white;">Este cunoscut faptul ca vremea si schimbarile de temperatura influenteaza organismul uman. Principalii factori meteorologici sunt : umiditatea aerului, curentii de aer, presiunea atmosferica si radiatiile. Acestia produc modificari ale mediului la care organismul se adapteaza prin diverse procese fiziologice, dar uneori determina simptome sau agravarea unor boli.</p> <p class="MsoNormal" style="margin-top: 14.05pt; margin-right: 9.35pt; margin-bottom: 14.05pt; margin-left: 14.05pt; text-align: justify; line-height: 16.85pt; background: white;"><strong style="mso-bidi-font-weight: normal;">Ce se poate intampla in sezonul rece ?</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l1 level1 lfo1; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Cresterea solicitarii organismului prin instabilitatea vremii, intrarea in colectivitate, scaderea rezistentei la nivelul cailor respiratorii superioare ca urmare a scaderii temperaturii , pot favoriza imbolnavirile la acest nivel </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l1 level1 lfo1; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Agravarea bolilor cardiovasculare (cardiopatia ischemica, hipertensiunea arteriala), </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l1 level1 lfo1; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">

style="text-decoration: underline; ">Raceala </p><p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;"> Este cea mai cunoscuta si mai comuna boala, ale carei semne sunt recunoscute cu usurinta de fiecare.
 Prezenta polipilor nazali, a bolilor alergice care afecteaza mucoasa nazala si a stresului prelungit, cresc riscul producerii racelii.
 Simptomele racelii sunt: dureri de gat sau inrosirea acestuia, dureri de cap si febra infundarea nasului sau scurgerea de secretii nazale, stranut, respiratie dificila pe nas si uneori febra. </p><p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;">Ele apar la 2-3 zile de la respiratie</p></div><div data-bbox="875 950 921 963" data-label="Page-Footer">3 / 12</div>

http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/infectie_3484.html

infectie

si au durata cuprinsa intre 2 si 14 zile, peste doua treimi din bolnavi vindecandu-se in cel mult o saptamana. Raceala se poate complica cu o infectie bacteriana a faringelui (amigdalelor) sau a sinusurilor, manifestindu-se prin febra ridicata, secretii faringiene abundente care se elimina prin

http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/tuse_4988.html

tuse

si chiar alterarea starii generale.
 Raceala se transmite pe diferite cai si anume :
 - prin inhalarea picaturilor suspendate in aer, chiar timp indelungat
 - prin inhalarea particulelor relativ mari ale secretiilor respiratorii, care ajung in aer
 - prin contactul secretiilor respiratorii infectate cu pielea sau obiectele inconjuratoare, urmat apoi de atingerea ochilor sau a nasului.
 Riscul transmiterii infectiei de la un om bolnav la unul sanatos este intre ziua a doua si a patra de la contactarea acesteia, cand nivelul virusului in secretii este cel mai ridicat.
 In cazurile necomplicate, este necesar doar **tratamentul**
simptomatic: repaus la pat, aspirina si

http://www.sfatulmedicului.ro/Medicamente/PARACETAMOL__susp__24237.html

paracetamol

pentru febra si pentru durerile de cap, aport crescut de lichide, ceaiuri calde,

http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/vitamina_5101.html

vitamina

C.
 Antibioticele nu sunt necesare, intrucat ele nu distrug virusurile, ele fiind utile doar in cazul in care apar complicatii bacteriene, ca

http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/sinuzita_4827.html

sinuzita

sau infectiile gatului.

auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;"> Laringita acuta </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;">Reprezinta inflamatiia acuta a mucoasei laringiene favorizata de atmosfera poluata, expunerea la frig, umezeala, inhalarea unor vapori fierbinti sau substante toxice iritante, fumul de tutun, efort vocal prelungit, cauza determinanta fiind alteori o infectie virala sau mai rar microbiana.
 Simptomele sint raguseala, senzatie de uscaciune si arsura

tuse

seaca, uneori dureroasa, iritativa, persistenta. Dupa o evolutie de citeva zile pana la o saptamana, fenomenele cedeaza, raguseala se diminueaza pina la disparitie.

Tratamentul

consta in repaus vocal complet, in camera incalzita, cu aerul umezit cu vapori de apa (prin introducerea unor surse de evaporare, cum ar fi un vas cu apa aplicat pe calorifer),

regim alimentar, se vor evita condimentele, bauturile alcoolice, alimentele fiind servite la temperatura camerei. Se interzice fumatul, se interzic pulverizarea de substante iritante(parfum , deodorant) care agraveaza tulburarile mucoasei laringiene. Local se recomanda picaturi nazale de 3-4 ori pe zi, aerosoli cu antibiotice si vitamine. De asemenea aplicarea de comprese calde in jurul

hidrocortizon

href="http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/gatului__chist_congenital_al__6160.html">gatului poate fi utila. La copii, laringita acuta imbraca uneori o forma dramatica, cu tulburari respiratorii grave (copilul este agitat, respira zgomotos, cu greutate), mergind pina la asfixie. Febra, paloarea, tahicardia si starea generala alterata completeaza tabloul acestei laringite dramatice. Internarea de urgenta a copilului in spital este obligatorie</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;">Bronsi- ta acuta </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; line-height: normal; mso-outline-level: 1;"> Bronsi- ta acuta - Rar izolata,

face de cele mai multe ori parte din inflamatia mucoase intregului

[apar](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/aparat_5346.html)

apar

[respirator](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/respirator_7438.html)

respirator

[bronhiilor](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/bronhiilor__chist_al__5489.html)

bronhiilor

sau a

[bronhiilor](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/bronhiilor__chist_al__5489.html)

bronhiilor

, datorita infectiei cu virusuri sau cu microbi.

Apare indeosebi toamna si iarna cand aerul inhalat este rece, corpul se raceste, fiind expus la

[frig](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/frig__dermatoze_provocate_de__6115.html)

frig

, cand hainele si incaltamintea umeda provoaca o congestiune a mucoasei cailor respiratorii favorabila inmultirii microbilor existenti si cresterii viruentei lor.

Continuare a inflamarii mucoasei nasului

[guturai](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/guturai_6249.html)

guturai

, a faringelui

[faringita](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/faringita_6003.html)

faringita

, a

[laringelui](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/laringelui__cancer_al__3868.html)

laringelui

[laringita](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/laringita_3870.html)

laringita

, a traheei

[traheita](http://www.sfatulmedicului.ro/Dictionar_medical/traheita_4934.html)

traheita

black;";>traheita), bronsita incepe cu o stare febrila, tuse seaca (la inceput) urmata de expectoratie intai mucoasa, apoi muco-purulente sau net purulenta. Bolnavul va sta in casa in perioada febrila, intr-o camera nu mai calda de 18-20 grade celsius, aerisita si cu aerul umezit.
Tratamentul consta in administrarea de aspirina, paracetamol si atunci cind se impun , antibioticele.
 Alimentatia trebuie sa fie usoara, cu lichide abundente, fructe si legume. Fumatorilor li se racomanda sa intrerupa inhalarea fumului iritant, care nu va face decat sa favorizeze cronicizarea bronsitei sau aparitia eventualelor complicatii.
 Durata bolii variaza in functie de rezistenta organismului in jur de 10-15 zile, iar la copii si persoanele varstnice perioada de vindecare este mai lunga. </p> <p class="MsoNormal" style="margin-top: 14.05pt; margin-right: 9.35pt; margin-bottom: 14.05pt; margin-left: 14.05pt; text-align: justify; line-height: 16.85pt; background: white;"><strong style="mso-bidi-font-weight: normal;"><span style="font-size: 12.0pt; font-family: "Times New

Roman", " serif"; mso-fareast-font-family: " Times New Roman"; color: black; mso-ansi-language: RO;" lang="RO">Recomandari pentru sezonul rece</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Imbracamintea trebuie sa fie adekvata dar trebuie evitata supraincalzirea organismului;</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Extremitatile vor fi protejate prin purtarea de manusi, sosete si caciula </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Trebuie evitata trecerea in mod brusc de la temperatura ridicata din locuinte la temperaturile foarte scazute din exterior</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Se vor evita pe cat posibil aglomeratiile </p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆Se vor evita pe cat posibil aglomeratiile </p>

-18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆ Cand tusiti sau stranutati utilizati o batista de unica folosinta pe care o aruncati ulterior la gunoi.</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆ Temperatura in locuinte va fi mentinuta la o valoare cuprinsa intre 20 ◆ 21 grade .</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆ Regimul alimentar va fi bogat in fructe si legume , pentru a furniza organismului necesarul de vitamine.</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆ Respectati toate normele de igiena personala</p> <p class="MsoNormal" style="mso-margin-top-alt: auto; mso-margin-bottom-alt: auto; margin-left: 45.35pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 16.85pt; mso-list: l0 level1 lfo2; tab-stops: list 36.0pt; background: white;">◆ Daca simptomele aparute in caz de imbolnavire nu cedeaza , trebuie sa va prezentati neintarziat la medicul de familie .</p>

<p class="MsoNormal"> </p> <p>◆</p>