

HO

Bản tin tức của bệnh nhân

Nguyên nhân gây ho/ lạnh ngực thông thường

- Những vi-rút (influenza, parainfluenza, rhinovirus và adenovirus là một số nguyên nhân thông thường)
- Sau khi nhỏ nước vào mũi
- Bệnh truyền qua không khí Hen Suyễn/ phản ứng
- Ô nhiễm không khí
- Ho gà (Pertussis)

Khoảng thời gian ho/lạnh ngực thông thường

Các triệu chứng thông thường có thể hết từ 10 đến 24 ngày.

Gặp nơi cung cấp dịch vụ sức khỏe y tế, nếu:

- Có nhiệt độ thân thể trên 104° F;
- Có vấn đề về tim hoặc phổi mãn tính;
- Hơi thở ngắn hoặc khó thở;
- Mặt hoặc môi có màu xanh dương; hoặc
- Các triệu chứng kéo dài trên 3 tuần lễ.

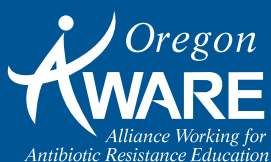
Nếu con em của quý vị dưới ba tháng tuổi và nóng sốt trên 100.4° F, hãy gọi điện thoại ngay cho nơi cung cấp dịch vụ sức khỏe y tế.

Điều trị

Rất ít khi cần tới thuốc trụ sinh vì ho cấp tính, cảm lạnh và sưng phổi hầu hết đều do vi-rút gây nên, và sưng phổi mãn tính cần có liệu pháp khác. Nếu nơi cung cấp dịch vụ sức khỏe y tế chẩn bệnh quý vị hoặc con em của quý vị với bệnh sưng phổi hoặc ho gà, thuốc trụ sinh có thể hầu hết được kê toa.

Làm thế nào để cảm thấy khá hơn

- Nghỉ ngơi thật nhiều;
- Uống nhiều nước, đặc biệt là nước ấm;
- 1 muỗng mật ong (cho trẻ em trên một tuổi) có thể được sử dụng như là thuốc ho để giảm bài tiết và bớt ho;
- Uống acetaminophen, ibuprofen hoặc naproxen để giảm đau hoặc sốt. (Kiểm tra với nơi cung cấp dịch vụ y tế hoặc dược sĩ về loại thuốc nào an toàn cho em bé và trẻ em;)
- Sử dụng máy giữ độ ẩm không khí sạch sẽ hoặc máy phun hơi nước mát hoặc xông hơi bằng một tô nước nóng hoặc vòi tắm; và
- Tránh hút thuốc, ngửi khói thuốc và những thứ khác gây ô nhiễm không khí; và
- Sử dụng thuốc đau cổ họng (từ 6 tuổi trở lên).



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

Tài liệu này khi được yêu cầu có thể được cung cấp trên một hình thức thay thế khác dành cho những người khuyết tật hoặc ngôn ngữ khác với Anh ngữ dành cho những người không thông thạo tiếng Anh. Để yêu cầu ấn bản này bằng một hình thức hoặc ngôn ngữ khác, liên lạc Sở Y Tế Công tại số điện thoại 971-673-1222, 971-673-0372 dành cho TTY (điện thoại dành cho người điếc hoặc khuyết tật về phát âm).