

És una inflamació dels bronquis causada, normalment, per un virus o un bacteri. De vegades, apareix després d'un refredat. Pot ser important en pacients amb malalties pulmonars o cardíques.

Quins són els símptomes?

A més de sentir-se refredat, pot notar:

- ▶ Al principi, tos seca i sense moc; després, tos amb abundants flemes.
- ▶ Molèstia en entrar l'aire als pulmons.
- ▶ Xiulets en expulsar aire.

Acostuma a millorar després d'un període de 7 a 10 dies. La tos pot durar més.

Com es diagnostica?

El seu metge sabrà què té per les molèsties que nota i auscultant-li el pulmó. No necessita cap altra prova mèdica.

Tractament:

En la majoria dels casos, no cal prendre antibiòtics per tractar la bronquitis aguda, ja que són ineficaços contra les infeccions víriques. Fins i tot, si ha tingut tos durant més de vuit o deu dies, generalment no necessita antibiòtic. El tractament serveix per alleujar els símptomes:

- ▶ Paracetamol, per a la febre i el malestar.
- ▶ Medicaments contra la tos.
- ▶ Beure més aigua i infusions.
- ▶ És fonamental que no fumi.

En la majoria dels casos no és convenient prendre antihistamínics, ja que assequen les secrecions i poden empitjorar la tos.



La tos és bona per treure secrecions, però quan es produeix a causa de picor de gola, cada cop que tus es fa més mal i tus més. Begui aigua o llepi caramels per a la tos i intenti no tossir, ni fer rasperes.

Prevenció

▶ No fumi. Els no fumadors tenen els pulmons més sans i pateixen menys bronquitis.

▶ Un bon rentat de mans és una de les millors maneres d'evitar l'exposició a virus i altres infeccions respiratòries.

▶ Es recomana exposar-se el menys possible al fred i a las humitats ambientals.



Quan consultar el metge?

▶ Si passats uns dies, no millora amb tractaments naturals.

▶ Si pateix habitualment dels bronquis o nota algun dels següents símptomes: dificultat en respirar, dolor en un costat en respirar o ofegament.

▶ També si té malalties cròniques, com diabetis, o pateix del cor.

Es una inflamación de los bronquios causada, normalmente, por un virus o una bacteria. A veces, aparece después de un resfriado. Puede ser importante en pacientes con enfermedades pulmonares o cardíacas.

¿Cuáles son los síntomas?

Además de sentirse resfriado, puede notar:

- ▶ Al principio, tos seca y sin moco; después, tos con abundantes flemas.
- ▶ Molestia al entrar el aire en los pulmones.
- ▶ Pitidos al expulsar aire.

Suele mejorar tras un periodo de 7 a 10 días. La tos puede durar más.

¿Cómo se diagnostica?

Su médico sabrá lo que tiene por las molestias que nota y auscultándole el pulmón. No precisa ninguna otra prueba médica.

Tratamiento:

En la mayoría de los casos, no es necesario tomar antibióticos para tratar la bronquitis aguda, ya que son ineficaces contra las infecciones víricas. Incluso si ha tenido tos durante más de ocho o diez días, generalmente no necesita antibiótico. El tratamiento sirve para aliviar los síntomas:

- ▶ Paracetamol, para la fiebre y el malestar.
- ▶ Medicamentos contra la tos.
- ▶ Beber más agua e infusiones.
- ▶ Es fundamental que no fume.

En la mayoría de los casos no es conveniente tomar antihistamínicos, ya que secan las secreciones y pueden empeorar la tos.



La tos es buena para sacar secreciones, pero cuando se produce a causa de picor de garganta, cada vez que tose se hace más daño y tose más. Beba agua o chupe caramelos para la tos e intente no toser, ni carraspear.

Prevención

▶ No fume. Los no fumadores tienen los pulmones más sanos y padecen menos bronquitis.

▶ Un buen lavado de manos es una de las mejores formas de evitar la exposición a virus y otras infecciones respiratorias.

▶ Se recomienda exponerse lo menos posible al frío y a las humedades ambientales.



¿Cuándo consultar al médico?

▶ Si pasados unos días, no mejora con tratamientos naturales.

▶ Si usted padece habitualmente de los bronquios o nota alguno de los siguientes síntomas: dificultad al respirar, dolor en un costado al respirar o ahogo.

▶ También si tiene enfermedades crónicas, como diabetes, o padece del corazón.