

Bronkitis akutua

Bronkioetako inflamazioa da, normalean birusek edo bakterioek eragindakoa. Batzuetan hotzeri baten ondoren geratzen da, eta garrantzia izan dezake biriketako edo bihotzeko gaixotasunen bat duten pertsonetan.

Nolako sintomak ditu?

Marrantaz gainera, hau nabari dezakezu:

- Hasieran, eztula lehor eta mukirik gabea, gero, eztularekin batera flema asko.
- Mina, airea biriketan sartzean.
- Txistuak airea botatzean.

Hobera egin ohi du 7 edo 10 egun igarotakoan, baina eztulak gehiago iraun dezake.

Zelan diagnostikatzen da?

Medikuak zure min edo ondoez horiek kontuan hartuko ditu, eta birikak auskultatuko dizkizu.

Tratamendua

Gehienetan ez da antibiotikorik hartu behar, ez baitira eragingarriak infekzio birikoen aurka. Eztula zortzi edo hamar egun baino gehiagotan izan baduzu ere, normalean ez duzu antibiotikorik beharko. Tratamendua sintomak arintzeko da baliagarria:

- Paracetamola, sukarra eta ondoeza leuntzeko.
- Eztularen aurkako medikamentuak.
- Ur edo infusio gehiago edatea.
- Funtsezkoa da ez erretzea.

Gehienetan ez da antihistaminikorik hartu behar, sekrezioak lehortu baititzakete eta eztula okerragotu.

Eztula ona da sekrezioak kanporatzeko, baina eztarriko azkura eragiten badu, mina handituko zaizu eztula egiten duzun bakoitzean, baita eztula areagotu ere. Ura edan ezazu edo eztulerako karameluak miatzatu, eta saia zaitetz eztulik ez egiten ez eztarria garbitzen (garrazperarik ez).



Prebentzioa

- Ez erre. Erretzen ez dutenek birika osasuntsuagoak dauzkate, eta bronkitis gutxiago.

- Eskuak ondo garbitzea modurik onenatariko bat da ekiditeko hala birusen arriskua nola beste arnas infekzio batzuk.

- Gomendatzen dizugu ahalik eta gehien ekiditea hozteko edo inguruko hezetasuna jasateko arriskua.



Noiz galdetu medikuari?

- Tratamendu naturalak hartu eta egun batzuetara hobera egiten ez baduzu.
- Bronkioetako gaitzak sarritan izaten badituzu edo sintoma hauetarikoren bat nabaritzen baduzu: arnasa hartzeko zailtasuna, saihetseko mina arnasa hartzean, itolarria.
- Eta era berean gaixotasun kronikoren bat baduzu, diabetesa adibidez, edo bihotzeko gaitzen bat.