

Sore Throat

A sore throat is an inflamed or irritated throat. Signs include pain when you swallow, fever and swollen glands in the neck.

Causes

A sore throat may be caused by:

- Viral infections such as a cold or flu that often last 5-7 days. There is no antibiotic that can treat a virus.
- Bacterial infections such as strep throat that can be treated with antibiotics.
- Smoking.
- Shouting or voice strain.
- Allergies.
- Breathing fumes.

Your Care

A throat culture may be done. If you have a bacterial infection, an antibiotic will be ordered. Take all of the pills until they are gone. Do not stop taking them when you feel better.

Other things that may help you feel better:

- Gargle with warm salt water. Mix $\frac{1}{4}$ teaspoon of salt in 1 cup of water.
- Use throat lozenges or sprays for sore throats.
- Use cough medicine.
- Avoid smoking, alcohol, coffee, and hot or spicy food.
- Follow-up with your doctor as directed.

Call your doctor **right away** if you:

- Have trouble breathing
- Have a fever over 101 degrees F or 38 degrees C
- Get a rash
- Do not feel better in 5 days
- Have swelling inside your mouth
- Are not able to open your mouth

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

10/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

गल-शोथ

गल-शोथ का अर्थ है गले में सूजन या जलन होना। इसके लक्षणों में निगलने के समय दर्द, बुखार और गर्दन की ग्रंथियों में सूजन सम्मिलित हैं।

कारण

गल-शोथ निम्नलिखित के कारण हो सकता है:

- जुकाम या फ्लू जैसे विषाणु संक्रमण, जो आमतौर पर 5-7 दिन रहते हैं। ऐसा कोई प्रतिजैविक (एन्टीबायोटिक) नहीं है जो विषाणु का उपचार कर सके।
- स्ट्रेप गले जैसे जीवाणु संक्रमण, जिनका प्रतिजैविकों से उपचार किया जा सकता है।
- धूम्रपान करना।
- चिल्लाना या आवाज़ का दबाव।
- एलर्जियाँ।
- साँस की कठिनाइयाँ।

आपकी देखभाल

आपके गले का संवर्ध (throat culture) किया जा सकता है। यदि आपको जीवाणु संक्रमण है तो किसी प्रतिजैविक का आदेश दिया जा सकता है। तब तक सारी गोलियाँ लेते रहें, जब तक ये समाप्त न हो जाएँ। जब आप बेहतर महसूस करते हैं इन्हें लेना बन्द न कर दें।

कुछ अन्य बातें जो आपको बेहतर महसूस करा सकती हैं:

- गुनगुने नमकीन पानी से गरारे करें। 1 कप पानी में 1/4 छोटा चम्मच नमक मिलाएँ।
- गल-शोथ के लिए गले की चूसने वाली टिकियों या स्प्रे का उपयोग करें।
- ख़ाँसी की दवाओं का उपयोग करें।
- धूम्रपान, अल्कोहल, कॉफी और गर्म या मसालेदार भोजन का सेवन न करें।
- अपने चिकित्सक से निर्देश के अनुसार परामर्श लेते रहें।

यदि आपको निम्नलिखित हो, तो अपने चिकित्सक को **तुरन्त** फोन करें:

- साँस लेने में कठिनाई
- 108 डिग्री फॉरेनहाइट या 38 डिग्री सेल्सियस से अधिक बुखार होना
- ददोरा होना
- 5 दिनों में आराम न पहुँचना
- आपके मुँह के भीतर सूजन होना
- अपना मुँह खोलने में असमर्थ होना

यदि आपका कोई प्रश्न या शंका हो, तो अपने चिकित्सक से पूछें।

Sore Throat. Hindi

10/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.