

# 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.**

# 咽頭炎

咽頭炎とはのどに炎症が起こり、ヒリヒリ痛む状態です。症状は飲み込むときの痛みや発熱、扁桃腺の腫れなどです。

## 原因

咽頭炎の原因には以下のようなものがあります。

- 風邪やインフルエンザなどのウイルス感染。5～7 日間続くことが多いでしょう。ウイルスに効く抗生物質はありません。
- 連鎖球菌性咽頭炎などの細菌感染。抗生物質で治療できます。
- 喫煙
- 声の出しすぎ
- アレルギー
- 煙やガスを吸い込んだため

## 治療

のどの培養検査を実施することが多いでしょう。細菌に感染している場合は、抗生物質が投与されます。処方された薬はすべて服用してください。症状が改善されたからといって、服用を中止しないでください。

症状を改善するには以下のような方法もあります。

- 塩を入れたぬるまゆでうがいをする。1 カップの水に小さじ ¼ の塩を混ぜてください。
- トローチやのど用スプレーを使用する。
- 咳止め薬を使用する。
- 喫煙、飲酒、コーヒー、辛いものは避ける。
- 医師の指示に従う。

以下の症状が現れた場合は**直ちに**貴方の医師に連絡してください。

- 呼吸困難
- 38 度（華氏 101 度）以上の熱が出た場合
- 発疹
- 5 日以上症状が改善しない
- 口の中が腫れている
- 口を開けられない

**質問や不明な事項については、貴方の医師または看護師にご相談ください。**

Sore Throat. Japanese.

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](http://www.healthinfotranslations.com).