

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 raspes.

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.

