



ZASEBNA SPLOŠNA AMBULANTA  
Sonja Garmuš Bezek, dr.med., spec.spl.med.  
Kolodvorska 24  
6257 PIVKA  
Tel: 05-7570-540  
Elektronska pošta: sonja.garmus@siol.net

---

## **PREHLAD**

Običajen prehlad se začne z dvodnevniimi bolečinami v žrelu, ki mu sledi zamašen nos, kihanje in smrkhanje, ki se konča z – običajno suhim kašljem.

Temperatura je lahko nekoliko povišana, izcedek je voden, lahko se aktivira tudi herpes, če smo k temu nagnjeni. Prehlad ne zahteva obiska pri zdravniku, če ne potrebujemo bolniškega staleža.

Potrebno je zaužiti dovolj tekočine – vsaj 2 litra, z zdravili, ki jih kupimo brez recepta blažiti bolečino v žrelu, glavobol ali bolečine v mišicah ter si odmašiti nos, da se vnetje ne razširi na ušesa.

Fiziološko raztopino za čiščenje nosu si lahko sami pripravite tudi doma. Pol žličke soli prekuhate v pol litra vode ali ščepec soli v 1 dcl vode. Na sobno temperaturo ohlajena tekočina se uporablja za čiščenje zamašenega nosu. Če samo fiziološka raztopina ni dovolj, je potrebno uporabiti Operil kapljice.

Neprekinjena uporaba Operil kapljic daljša od 4 dni zaradi izsušitve nosne sluznice ni priporočljiva.

Če znaki prehlada v 1 tednu ne izzvenijo ali postane izcedek iz nosu zelen, kašelj pa moker je čas za obisk pri zdravniku.