

Cold Care

And Why Antibiotics Won't Help Your Cold

Why Antibiotics Won't Help

Most infections are caused either by virus or bacteria. Viruses cause the cold and flu. Bacteria cause ear infections and strep throat, among others.

Your cold is the result of a virus in your upper respiratory tract. Colds spread easily through droplets in the air caused by a cough or sneeze.

Because a cold is viral, antibiotics won't help. Antibiotics are only used to kill bacteria.

Your doctor won't treat your cold with antibiotics. This is important. When antibiotics are used too often, the bacteria change. They become resistant. This means the antibiotics will no longer work. Once resistant to antibiotics, bacteria can multiply and be passed on to other people.

Простуда

и почему антибиотики не помогают при простуде

Почему антибиотики не помогут

Большинство инфекций вызвано либо вирусами, либо бактериями. Вирусы вызывают простуду и грипп. Бактерии, в числе других заболеваний, вызывают воспаление уха и фарингит.

Простуду вызывает вирус, проникший в верхнюю часть дыхательных путей. Простуда быстро распространяется с каплями выделений из носа или горла, попадающими в воздух при кашле или чихании.

Антибиотики не помогут, потому что простуда вызвана вирусом. Антибиотики используются только для уничтожения бактерий.

Врач не будет лечить простуду антибиотиками. Это очень важно. Если использовать антибиотики слишком часто, то бактерии будут изменяться. Они станут невосприимчивыми к антибиотикам. Это означает, что антибиотики больше не будут действовать. Бактерии, которые стали невосприимчивыми к антибиотикам, могут начать размножаться, и болезнь будет передаваться другим людям.

(over)

Virus Versus Bacteria

Your doctor will decide if your illness is viral or bacterial. Here are a few examples:

- cough
 - viral: most coughs
 - bacterial: pertussis (whooping cough)
- runny nose
 - viral: most runny noses
 - bacterial: sinus infections
- sore throat
 - viral: most sore throats
 - bacterial: strep throat.

Coping With Your Cold

Listed below are some products that can help you cope with your cold. Read the package instructions. Call your doctor or pharmacist with any questions.

- cough drops:
 - use to soothe your sore throat and suppress your cough
- Tylenol® (acetaminophen):
 - use to relieve your aches and pains and to reduce your fever
- Robitussin-DM® (guaifenesin/dextromethorphan):
 - use to loosen phlegm in your lungs and suppress a dry cough
 - do not use if you have had a cough for a long time or a cough that will not stop

Вирусы или бактерии

Лечащий врач определит, вызвано ли ваше заболевание вирусом или бактерией. Приведем несколько примеров:

- кашель;
 - вирусная инфекция: в большинстве случаев – кашель;
 - бактериальная инфекция: коклюш;
- насморк;
 - вирусная инфекция: в большинстве случаев – насморк;
 - бактериальная инфекция: синусит (инфекция носовой пазухи);
- боль в горле;
 - вирусная инфекция: в большинстве случаев – боль в горле;
 - бактериальная инфекция: фарингит.

Что делать при простуде

Ниже перечислены некоторые средства, которые могут помочь при простуде. Прочитайте инструкции на упаковках. Если у вас возникнут вопросы, то позвоните врачу или спросите у фармацевта.

- Леденцы от кашля:
 - применяют для уменьшения раздражения в горле и подавления кашля.
- Tylenol® («Тайленол») (ацетаминофен):
 - применяют для снятия боли и снижения температуры.
- Robitussin-DM® («Робитуссин») (гуаифенезин / декстрометорфан):
 - применяют для отделения мокроты в легких и подавления сухого кашля;
 - не принимайте, если вы кашляете давно или если кашель не проходит

- Sudafed® (pseudoephedrine):
 - use to relieve sinus pressure and nasal congestion
 - do not use if you have high blood pressure, heart disease, glaucoma, thyroid disease, diabetes or an enlarged prostate
 - this can cause nervousness, insomnia or “the jitters”

What Else You Can Do

- Get lots of rest.
- Cover your cough with a tissue or use your sleeve if you don't have a tissue.
- Keep your hands clean. Wash your hands with soap and water or clean them with a waterless alcohol handrub.

- Sudafed® («Судафед») (псевдоэфедрин):
 - применяют для уменьшения давления в пазухах и заложенности в носу;
 - не используйте, если у вас высокое кровяное давление, болезнь сердца, глаукома, заболевание щитовидной железы, диабет или гипертрофия предстательной железы;
 - этот препарат может вызвать у вас состояние нервозности или бессонницу.

Что еще можно сделать

- Отдыхать.
- При кашле закрывать нос и рот бумажной салфеткой или рукавом, если нет салфетки.
- Руки должны быть чистыми. Мыть руки водой с мылом или протирать их безводным спиртовым лосьоном.