

# **Многоликий кашель**

Любое вирусное заболевание сопровождается кашлем. Мокрый кашель сопровождается ощущением комка в горле и постоянным насморком. Маленькие железы расположенные в носоглотки, выделяют более 2 литров слизи в сутки. В нормальном состоянии она свободно стекает вниз, и мы этого не замечаем. Аллергические реакции и высокая температура способствуют загустению слизи, которая затем превращается в мокроту, забивающие дыхательные пути. Это и вызывает кашель- рефлекс, призванный избавить носоглотку от лишней слизи.

**Астматический кашель** – громкий, сопровождающийся хрипами и сдавленностью в груди, затрудненным дыханием. Самочувствие обычно ухудшается ночью: в лежачем положении мокрота быстрее скапливается у дыхательных путей. Немало детей, страдает этим видом кашля.

## **Важно!**

- Дышать только через нос. Тогда воздух дойдёт до лёгких согретым.
- Закаляйтесь, но не переохлаждайтесь.
- Ежегодно делайте флюорографию.
- Увлажняйте воздух в помещениях.

**Трахеит** – воспалительное заболевание слизистой оболочки трахеи.

Попав на слизистую оболочку трахеи, вирусы повреждают её, и это сопровождается раздражением, болью и воспалением. **Главный симптом трахеита – сухой надсадный кашель**. Он усиливается ночью, во время сна, и в утренние часы. Провоцировать кашель может холодный или горячий воздух, приём раздражающих слизистую напитков, смех и глубокое дыхание. В лечение трахеита большое значение имеют режим и образ жизни больного. Очень полезно смягчать горло сливочным маслом. Масло обволакивает слизистую, снимая раздражение. Приступ ночного кашля можно снять горячим молоком, выпив стакан залпом. Можно добавить в молоко щепотку соды. При лечении затянувшегося трахеита применяют антибиотики, их порекомендует врач.

**Ларингит – воспалительный процесс в гортани.** Из-за отёка связок, вызванного вирусами, голос становится сиплым, а кашель – лающим, дыхание – шумным. Особенно опасно такое состояние для маленьких детей. Врачи рекомендуют:

- Тёплая вода, молоко, сливочное масло, горячие ножные ванны перед сном по 20-30 мин.
- Ингаляции, влажный воздух.

## **Важно!**

**Следует знать главные признаки, позволяющие заподозрить развитие воспаления лёгких.**

**Кашель – главный симптом болезни. Своевременно получайте консультацию врача.**