

# Sore Throat

A sore throat is an inflamed or irritated throat that causes pain or discomfort when a person swallows. Other signs may include a fever, white patches in the throat and swollen lymph glands in the neck.

## Causes

A sore throat may be caused by:

- An infection
- An allergy
- Low humidity
- Smoking
- Shouting or voice strain
- Breathing in chemical fumes or air pollution

## Things you can do to feel better

- Get plenty of rest.
- Drink plenty of liquids. Drink hot liquids, such as tea and soup, to soothe the throat and thin mucus.
- Gargle with warm salt water. Mix  $\frac{1}{2}$  teaspoon of salt in 1 cup or 240 milliliters (ml) of warm water.
- Suck on sore throat lozenges or hard candies.
- Use over the counter pain medicine. Children should not take aspirin.
- Stop smoking and avoid second-hand smoke.

# Angine

Une angine est une inflammation ou une irritation de la gorge, qui provoque une douleur ou une gêne lorsqu'une personne avale. D'autres signes peuvent comprendre de la fièvre, des taches blanches dans la gorge et un gonflement des ganglions du cou.

## Causes

Une angine peut être provoquée par :

- Une infection
- Une allergie
- Une faible humidité
- Le tabagisme
- Le fait de crier ou de forcer sa voix
- Le fait de respirer des fumées chimiques ou de l'air pollué

## Choses qui peuvent vous aider à vous sentir mieux

- Reposez-vous bien.
- Buvez beaucoup de liquides. Buvez des boissons chaudes, telles que du thé et de la soupe, pour calmer la gorge et fluidifier le mucus.
- Gargarisez-vous avec de l'eau chaude salée. Mélangez ½ cuillerée à café de sel dans une tasse ou 240 millilitres (ml) d'eau chaude.
- Sucez des pastilles pour la gorge ou des bonbons durs.
- Prenez des antalgiques. Les enfants ne doivent pas prendre d'aspirine.
- Arrêtez de fumer et évitez le tabagisme passif.

In most cases, a sore throat will heal on its own. **See your doctor if you have a fever, a rash or your signs worsen.** A swab of the back of the throat may be done to see if you have an infection. If you have a **bacterial** infection, such as strep throat, antibiotic medicine may be ordered by your doctor. Take all of the medicine until it is gone. Do not stop taking it when you feel better. **Viral** infections, such as a cold or flu (influenza), cannot be treated with antibiotics.

**Call your doctor right away if you have:**

- Trouble breathing
- Severe problems swallowing
- A fever over 100.5 degrees F or 38 degrees C
- A rash
- Tender or swollen lymph glands in the neck

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

Dans la plupart des cas, une angine se guérira toute seule. **Consultez votre médecin si vous avez de la fièvre, des rougeurs ou si vos signes s'aggravent.** Un prélèvement au fond de la gorge pourra être effectué pour voir si vous avez une infection. Si vous avez une infection **bactérienne**, telle qu'une angine à streptocoque, un antibiotique vous sera peut-être prescrit. Prenez tous les médicaments jusqu'à ce que l'infection ait disparue. N'arrêtez pas de les prendre lorsque vous vous sentez mieux. Les infections **virales**, telles qu'un rhume ou la grippe, ne peuvent pas être traitées avec des antibiotiques.

**Appelez votre médecin immédiatement si vous avez :**

- Des difficultés à respirer
- De grandes difficultés à avaler
- De la fièvre à une température supérieure à 38 degrés C (100,5 degrés F)
- Des rougeurs
- Des ganglions sensibles ou gonflés dans le cou

**Parlez à votre médecin ou à votre infirmière si vous avez des questions ou des inquiétudes.**

2005 – 1/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Sore Throat. French.