

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.

인후염

인후염은 목구멍이 부었거나 염증이 생겨 음식을 삼킬 때 불편을 주는 현상을 말합니다. 그밖에 다른 증상으로는 열, 목구멍에 흰 반점들, 그리고 목 림프샘이 붓습니다.

원인

인후염 원인:

- 감염
- 알레르기
- 건조한 공기
- 흡연
- 소리를 너무 질렀거나 목소리 과로
- 화학 가스나 공기 오염 중에서 호흡

도움이 되는 활동

- 휴식을 충분히 취한다.
- 물을 충분히 마신다. 차, 수프 등 뜨거운 국물로 목구멍을 달래고 가래도 묽게 한다.
- 따뜻한 소금물로 가글한다. ½ 티스푼 소금을 1컵의 따뜻한 물 (또는 240 밀리리터)에 넣고 섞는다.
- 목 아플 때 먹는 로젠지(lozenges)나 하드 캔디를 빨아 먹는다.
- 처방전이 필요 없는 진통제를 복용한다. 어린이는 아스피린을 복용해서는 안된다.
- 흡연을 삼가고 간접 흡연도 피한다.

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.

대부분의 경우, 시간이 지나면 저절로 낫습니다. 열이 있거나, 발진이 생기거나 상태가 악화되면 의사를 찾아가 보십시오. 감염 여부를 확인하기 위하여 목구멍 뒤 침을 채취할 수 있습니다. 박테리아 감염이 있을 경우(예를 들어 연쇄상 구균 인두염), 의사가 항생제를 처방하기도 합니다. 의사가 처방한 약은 끝까지 다 드십시오. 기분이 나아진다고 해서 중단하지 마십시오. 바이러스 감염(예를 들어 감기나 독감)은 항생제로 치료할 수 없습니다.

다음과 같은 경우 의사에게 즉시 연락하십시오:

- 숨쉬기가 어렵다
- 음식물을 삼키기 힘들다
- 체온이 화씨 100.5도(섭씨 38도)까지 이상 오른다
- 발진
- 목의 림프선이 따끔거리거나 부었다

질문이나 문제가 있으면 의사나 간호사와 상담하십시오.

2005 – 1/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from 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. Korean.