

# 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.

# Ангина

Ангина – это воспаление или раздражение горла, которое служит причиной боли или дискомфорта при глотании. Также наблюдаются такие симптомы, как повышенная температура, белые бляшки в горле, а также распухание шейных лимфоузлов.

## Причины

Ангина может быть вызвана:

- Инфекцией
- Аллергией
- Низкой влажностью
- Курением
- Криком или напряжением голоса
- Вдыханием паров химикатов или загрязненного воздуха

## Мероприятия по улучшению самочувствия

- Старайтесь больше отдыхать.
- Пейте много жидкости. Для облегчения боли в горле и разжижения мокроты принимайте горячее питье, например, чай или суп.
- Полощите ротовую полость теплой соленой водой. Размешайте  $\frac{1}{2}$  чайной ложки соли в 1 чашке или 240 миллилитрах (мл) теплой воды.
- Рассасывайте в ротовой полости пастилки или леденцы для лечения ангины.
- Принимайте обезболивающие лекарства, которые отпускаются без рецепта. Не следует давать детям аспирин.

- Stop smoking and avoid second-hand smoke.

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.**

- Прекратите курение и избегайте мест курения.

В большинстве случаев ангина проходит сама. **Если у Вас высокая температура, сыпь или наблюдается ухудшение симптомов, обратитесь к своему лечащему врачу.** Для выявления инфекции Вам могут сделать мазок задней стенки горла. При наличии у Вас **бактериальной** инфекции, например, острого фарингита, лечащий врач выпишет Вам антибиотики. Принимайте все лекарственные средства, пока они не закончатся. Не прекращайте их принимать, когда почувствуете себя лучше. **Вирусные** инфекции, например, простуду или грипп, нельзя вылечить антибиотиками.

**Немедленно позвоните своему лечащему врачу, если у Вас:**

- Затрудненное дыхание
- Серьезные проблемы при глотании
- Температура выше 100,5 градусов F или 38 градусов C
- Сыпь
- Болезненные или распухшие шейные лимфоузлы

**Если у Вас есть какие-либо вопросы или опасения, обратитесь к Вашему лечащему врачу или медсестре.**

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. Russian.