

# 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.

# Dolor de garganta

El dolor de garganta se da cuando la garganta está inflamada o irritada, y esto ocasiona dolor o molestia al tragar. Otros signos pueden ser fiebre, manchas blancas en la garganta o ganglios linfáticos inflamados en el cuello.

## Causas

El dolor de garganta se puede deber a:

- una infección;
- una alergia;
- falta de humedad en el aire;
- fumar;
- gritar o forzar la voz;
- respirar vapores químicos o contaminación en el aire.

## Cosas que puede hacer para sentirse mejor

- Descanse mucho.
- Beba abundante líquido. Beba líquidos calientes, como ser té y sopa, para suavizar la garganta y diluir las mucosidades.
- Haga gárgaras con agua tibia con sal. Mezcle  $\frac{1}{2}$  cucharadita de sal en una taza o 240 ml (mililitros) de agua tibia.
- Chupe pastillas para el dolor de garganta o caramelos duros.
- Consuma medicamentos de venta libre para el dolor. Los niños no deberían tomar aspirina.
- Deje de fumar y evite el humo de segunda mano.

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.**

En general, el dolor de garganta se cura solo. **Si tiene fiebre, una erupción o sus signos empeoran, consulte a su médico.** Es posible que le hagan un exudado de garganta para determinar si tiene una infección. Si tiene una infección **bacteriana**, como un estreptoco, es posible que su médico le recete un antibiótico. Tome todo el medicamento hasta que se haya terminado. No deje de tomarlo porque se siente mejor. Las infecciones **virósicas**, como los resfríos o la gripe, no pueden tratarse con antibióticos.

**Llame a su médico de inmediato si tiene:**

- dificultad para respirar;
- problemas graves para tragar;
- fiebre de más de 100.5 °F (38 °C);
- una erupción;
- ganglios linfáticos sensibles o hinchados en el cuello.

**Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o duda.**

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. Spanish.