

التهاب اللوزتين

ما هو التهاب اللوزتين؟

التهاب اللوزتين عدوى تصيب اللوزتين اللتين تتواجدان في مؤخرة الحلق.

والأسباب الأكثر شيوعاً لالتهاب اللوزتين هي فيروسات شبيهة بالزكام العادي لكن قد يعود السبب أحياناً إلى بكتيريا، كـ «العقدية».

وإذا كنت بالغاً يافعاً فيمكن أن تكون مصاباً بحمى غدية أو بـ «كثرة الوحيدات العدوائية».

سوف يعطيك طبيبك مشورة بالسبب الأكثر ترجيحاً بالنسبة لحالتك.

لماذا أُصبت بالتهاب اللوزتين؟

تنتشر الفيروسات والبكتيريا التي تسبب التهاب اللوزتين بالاتصال المباشر بين شخص وآخر، وحتى عن طريق مجرد استنشاق الهواء ذاته.

ولا توجد وسيلة مكفولة تمنع انتشار العدوى، لكن غسل اليدين بانتظام وتغطية الفم عند السعال والعطس يساعد في هذا الشأن.

العلاج

لا يوجد علاج محدد لالتهاب اللوزتين الفيروسي، لكن من المهم أخذ مسكنات للوجع كي تتيح لك مواصلة تناول سوائل كافية.

أما التهاب اللوزتين البكتيري فيمكن علاجه بالمضادات الحيوية بالرغم من أنها ليست ضرورية، إذ أن العدوى ستستقر مع الوقت.

ويمكن أن تحتاج الحالات الأكثر حدةً إلى ستيرويدات لتساعد في خفض التورم والالتهاب، وإلى سوائل عن طريق مصل في الوريد إذا لم تكن قادراً على البلع.

مسكنات الألم

في العادة تكفي مسكنات الوجع العادية، مثل باراسيتامول وإيبوبرفن، لمعظم التهابات الحلق. راجع طبيبك لتعرف ما إذا كان من المأمون أخذ مضادات للالتهاب (مثل أيبوبرفن).

وقد توفر أقراص المص الخاصة بالحلق وبخاخات الحلق أو سوائل الغرغرة الخاصة بالحلق فائدة كبيرة. استفسر من الصيدلي عن أفضلها لحالتك.

الشرب

يمكن أن تتعرض للاجتفاف بسرعة كبيرة إذا لم تشرب كمية كافية من السوائل.

ينبغي أن تشرب حوالي لترين كل ٢٤ ساعة بحسب حجمك والمناخ المحيط بك.

ويمكن أن يساعدك أخذ مسكن جيد للوجع، لكن إرجع إلى المستشفى إذا ظللت غير قادر على الشرب.

الأكل

من المأمون للبالغ سليم الصحة أن يصوم عن الطعام لبضعة أيام.

لكن يحتاج مرضى السكري والأطفال الصغار إلى المحافظة على مأخوذهم من الطعام. فإذا انطبق ذلك عليك، راجع طبيبك واستعلم عما يجب أن تفعله بشأن نظامك الغذائي خلال الأيام القليلة المقبلة.

