



Sezonul rece a sosit și te întrebi la ce afecțiuni ar trebui să te aștepți? Este bine știut faptul că în sezonul rece are loc o explozie a îmbolnăvirilor de natură infecțioasă. Există o varietate de agenți patogeni în mediu (virusuri, bacterii și paraziți), iar fiecare necesită condiții de mediu diferite pentru supraviețuire și transmisie.

În timp ce în sezonul cald sunt mai comune infecțiile digestive, în sezonul rece întâlnim mai des infecții respiratorii, adesea de etiologie virală. Virusurile și bacteriile responsabile de apariția acestora au o afinitate pentru temperaturile scăzute, care le facilitează și transmisia pe cale aerogenă. Este important de știut că acestea pot fi prevenite prin măsuri riguroase de igienă. Iată care sunt cele mai comune afecțiuni întâlnite în sezonul rece.

1. Răceala comună

Răceala comună este o infecție inofensivă a căilor respiratorii superioare (nas și gât), care poate fi cauzată de o varietate de virusuri. Cel mai adesea, răceala comună este cauzată de o tulpină de rinovirus. Deoarece există multe tulpini de rinovirusuri, răceala comună poate apărea de multe ori pe parcursul vieții.

Simptomele răcelii comune includ:

5 afecțiuni comune în sezonul rece

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:51 - Ultima actualizare Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:56

- Congestie nazală (nas înfundat)
- Dureri în gât
- Rinoree (secreții nazale)
- Strănut
- Tuse
- Cefalee ușoară (durere de cap)
- Febră scăzută
- Dureri musculare ușoare

Virusurile care cauzează răceală comună se transmit ușor pe calea aerului, prin strănut, tuse și vorbire. De asemenea, acestea pot fi transmise de la o persoană la alta prin intermediul obiectelor contaminate. De aceea, spălatul frecvent pe mâini este o măsură esențială de prevenție.

2. Gripa

Deși gripa poate fi confundată cu răceala comună, aceasta este diferită de răceală și poate fi periculoasă pentru unele categorii de persoane. Grupele de risc sunt gravidele, pacienții cu boli cronice (diabet zaharat, boli cardiovasculare, obezitate, astm bronșic), imunodeprimații, persoanele peste 65 de ani și copiii (sub 5 ani). Gripa este o infecție respiratorie cauzată de virusul influenza care afectează atât căile respiratorii superioare, cât și cele inferioare (plămâni).

Simptomele gripei se aseamănă cu cele ale răcelii comune, însă se disting prin faptul că sunt mai severe:

5 afecțiuni comune în sezonul rece

Scriș de Sighet Online

Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:51 - Ultima actualizare Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:56

- Febră ridicată
- Frisoane
- Tuse seacă persistentă
- Dureri musculare
- Dificultăți de respirație
- Congestie nazală
- Rinoree
- Senzația de slăbiciune
- Dureri în gât
- Dureri oculare
- Transpirații
- Oboseală
- Vărsături și diaree (în special la copii)

Virusul se transmite în același mod ca și în cazul răcelii comune. Spălatul pe mâini și evitarea contactului cu persoane ce prezintă simptome de răceală și gripă sunt metode eficiente de prevenție. De asemenea, vaccinul antigripal anual este recomandat în special persoanelor din grupele de risc.

3. Bronșiolita

Bronșiolita reprezintă o infecție de etiologie virală, cauzată adesea de virusul respirator sincițial (RSV). Totuși, și alte virusuri pot cauza bronșiolită. Boala se transmite la fel ca gripa și răceala comună. Infecția afectează căile respiratorii inferioare cele mai mici (bronșiolele) și este comună în rândul copiilor sub 3 ani.

La început, bronșiolita seamănă cu o răceală comună, însă după câteva zile simptomatologia evoluează sever. Pe lângă tuse, febră scăzută și rinoree, afecțiunea provoacă:

5 afecțiuni comune în sezonul rece

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:51 - Ultima actualizare Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:56

- Respirație scurtată și rapidă
- Dificultăți de respirație
- Wheezing – respirație șuierătoare.

În unele cazuri, bronșiolita se poate asocia și cu infecția urechii (otită medie).

4. Amigdalita

Amigdalita poate fi atât de etiologie bacteriană, cât și de etiologie virală. Faringita streptococică este amigdalita bacteriană, cauzată de streptococul de grup A (*Streptococcus pyogenes*). Aceasta afectează faringele și amigdalele, cauzând roșu în gât, inflamarea amigdalelor și apariția unei colecții de puroi pe suprafața acestora (pete alb-gălbui). Amigdalita bacteriană necesită terapie cu antibiotice.

Totuși, [amigdalita virală](#) este mai frecventă, aceasta fiind cauzată de diferite tipuri de virusuri (cum ar fi Epstein Barr, adenovirusuri sau citomegalovirusuri).

Amigdalita poate fi recunoscută prin următoarele manifestări:

- Durere în gât

5 afecțiuni comune în sezonul rece

Scriș de Sighet Online

Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:51 - Ultima actualizare Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:56

- Dificultăți și dureri la înghițire
- Inflamarea gâtului și amigdalelor (acestea devin umflate și roșii)
- Prezența de pete albe pe amigdale
- Febră
- Dureri de cap
- Dureri de urechi
- Rinoree
- Dificultăți de respirație
- Respirație urât mirositoare
- Tuse
- Voce răgușită

5. Infecția cu norovirus

Infecția cu norovirus este afectează sistemul digestiv, provocând:

- Crampe abdominale
- Diaree apoasă
- Vărsături
- Dureri musculare
- Febră scăzută
- Greață

Simptomele apar în primele 12-48 de ore de la contactarea virusului și durează 2-3 zile. Acesta se transmite prin consumul de alimente contaminate. Acestea pot fi contaminate în cursul preparării sau după manipularea cu mâinile neigienizate, în cazul în care au fost atinse suprafețe contaminate înainte. Contactul apropiat cu persoana bolnavă poate favoriza, de asemenea, transmiterea infecției.

5 afecțiuni comune în sezonul rece

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:51 - Ultima actualizare Sâmbătă, 04 Decembrie 2021 10:56

Prin urmare, bolile infecțioase au o incidență ridicată în sezonul rece. Respectă măsurile de igienă și adresează-te medicului dacă te confrunți cu simptomele amintite.