



Простые рекомендации для горла

При остром тонзиллите или обострении хронического тонзиллита ингаляции помогают замедлить прогрессирование болезни, облегчить самочувствие.

Выбор лекарственного вещества для ингаляции при тонзиллите должен осуществляться в зависимости от характера заболевания.

Вид лекарственного средства для проведения ингаляций, частоту процедур и продолжительность курса определяет врач.

Правила проведения паровых ингаляций

- ✓ При некоторых острых и хронических заболеваниях верхних дыхательных путей по рекомендации врача в домашних условиях можно проводить паровые ингаляции. Их целебный эффект заключается в лечении теплым, насыщенным легкоиспаряющимися лекарственными веществами. Как правило, паровую ингаляцию проводят над кастрюлей. Ингаляции проводят не ранее чем через 1-1,5 часа после еды.
- ✓ При заболеваниях носа и придаточных пазух носа следует вдыхать и выдыхать лекарственное вещество без напряжения через нос, при заболеваниях глотки, трахеи, бронхов, легких — через рот.
- ✓ После ингаляции в течение часа не рекомендуется разговаривать и принимать пищу.
- ✓ Однако будьте предельно осторожны! К сожалению, врачам нередко приходится сталкиваться с последствиями проведения таких процедур, приводящих к ожогам верхних дыхательных путей, а иногда и кожных покровов лица и шеи.

!!! Перед тем, как проводить паровую ингаляцию ребенку, обязательно кто-нибудь из взрослых должен убедиться, что пар не слишком горячий!

- ✓ Для детей школьного и дошкольного возраста подойдут тепло-влажные (30-40° С), а для малышей до года — влажные (до 30° С) ингаляции. Для этого воду необходимой температуры заливают в чайник с узким горлышком. Из простого картона делается воронка — чем младше ребенок, тем она длиннее — и надевается на носик чайника.
- ✓ Если нет возможности постоянно подогревать воду, то по мере ее остывания в емкость доливают кипяток, добавляют соответствующее количество лекарства, перемешивают и, проверив температуру пара, продолжают ингаляцию.
- ✓ Длительность таких ингаляций 1-3 минуты 4-6 раз в день.

Для ингаляций применяются листья шалфея, эвкалипта, ромашки, календулы. При этом необходимо соблюдать рекомендованные производителем пропорции, особенно это касается масляных растворов.

Наслаждайтесь здоровьем Вашего горла!