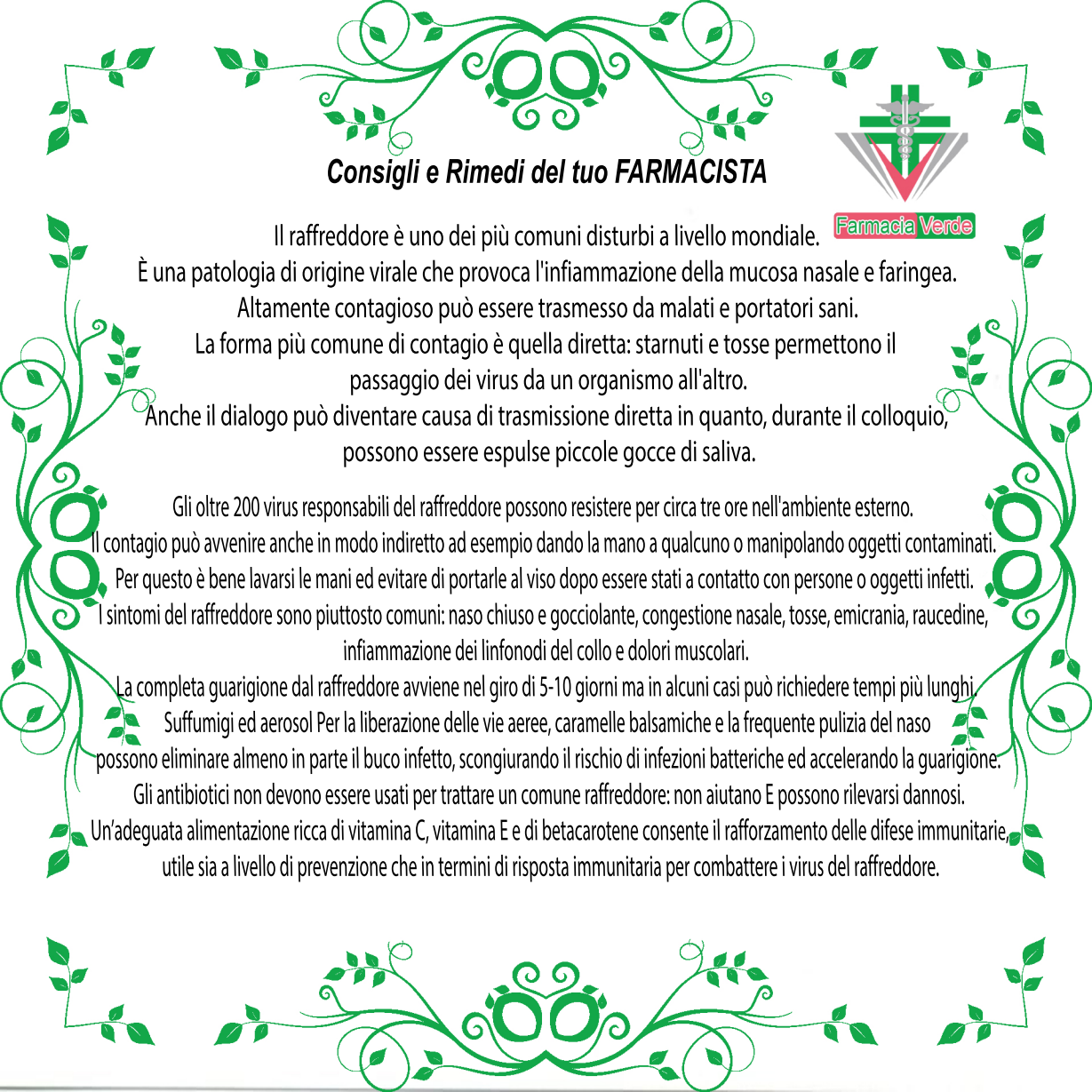




Consigli e Rimedi del tuo FARMACISTA

Il raffreddore è uno dei più comuni disturbi a livello mondiale.

Farmacia Verde

È una patologia di origine virale che provoca l'infiammazione della mucosa nasale e faringea.

Altamente contagioso può essere trasmesso da malati e portatori sani.

La forma più comune di contagio è quella diretta: starnuti e tosse permettono il passaggio dei virus da un organismo all'altro.

Anche il dialogo può diventare causa di trasmissione diretta in quanto, durante il colloquio, possono essere espulse piccole gocce di saliva.

Gli oltre 200 virus responsabili del raffreddore possono resistere per circa tre ore nell'ambiente esterno.

Il contagio può avvenire anche in modo indiretto ad esempio dando la mano a qualcuno o manipolando oggetti contaminati.

Per questo è bene lavarsi le mani ed evitare di portarle al viso dopo essere stati a contatto con persone o oggetti infetti.

I sintomi del raffreddore sono piuttosto comuni: naso chiuso e gocciolante, congestione nasale, tosse, emicrania, raucedine, infiammazione dei linfonodi del collo e dolori muscolari.

La completa guarigione dal raffreddore avviene nel giro di 5-10 giorni ma in alcuni casi può richiedere tempi più lunghi.

Suffumigi ed aerosol Per la liberazione delle vie aeree, caramelle balsamiche e la frequente pulizia del naso possono eliminare almeno in parte il buco infetto, scongiurando il rischio di infezioni batteriche ed accelerando la guarigione.

Gli antibiotici non devono essere usati per trattare un comune raffreddore: non aiutano E possono rivelarsi dannosi.

Un'adeguata alimentazione ricca di vitamina C, vitamina E e di betacarotene consente il rafforzamento delle difese immunitarie, utile sia a livello di prevenzione che in termini di risposta immunitaria per combattere i virus del raffreddore.