

Το κοινό κρυολόγημα αποτελεί την πιο συνηθισμένη ασθένεια και εμφανίζεται συνήθως το φθινόπωρο και το χειμώνα. Οφείλεται σε ιούς και μεταδίδεται είτε από τα χέρια ενός ατόμου που έχει κρυολόγημα είτε με το βήχα, το πτάρνισμα, την εκπνοή του, είτε ακόμη με το άγγιγμα μολυσμένων επιφανειών.

Εμφανίζεται συνήθως με πτάρνισμα και μπουκωμένη μύτη και μερικές φορές πονόλαιμο. Ο βήχας εμφανίζεται την 4η ή 5η μέρα, ενώ τότε υποχωρούν τα συμπτώματα από τη μύτη. Συνήθως κρατάει από 3 έως 7 ημέρες, αλλά μπορεί να φτάσει και τις 2 εβδομάδες.

Πότε πρέπει να ανησυχήσουμε;

Όταν κάνει επιπλοκές:

- **Ιγμορίτιδα**, που μπορεί να οφείλεται σε ιό ή σε βακτήριο. Ο ασθενής εμφανίζει, εκτός από τη συμφόρηση της μύτης, πόνο στο πρόσωπο ή στο δόντι ή πίεση στο αυτί και μειωμένη οσφρηση μετά από 10 ημέρες από την έναρξη του κρυολογήματος.
- **Πνευμονία ή βρογχίτιδα**. Ο ασθενής εμφανίζει βήχα που διαρκεί 10- 20 ημέρες, δυσκολία στην ανάσα, πόνο στο στήθος με την αναπνοή, πυρετό
- **Ωτίτιδα**, οπότε εμφανίζει πόνο στο αυτί και μειωμένη ακοή

Δεν υπάρχει ειδική θεραπεία για το κρυολόγημα. Τα κοινά αναλγητικά, τα σπρέι για τη μύτη ανακουφίζουν από τα συμπτώματα. Τα αντιβιοτικά δίδονται από τον οικογενειακό γιατρό όταν παρουσιαστεί κάποια επιπλοκή του κρυολογήματος.

Τέλος, το πλύσιμο των χεριών είτε με σαπούνι και νερό είτε με αλκοολούχα μαντηλάκια ή υγρά μπορεί να προφυλάξει από τη μετάδοση του κοινού κρυολογήματος.

