

## **Βήχας: Πότε πρέπει να ανησυχήσετε;**

[/ Γενικά Θέματα](#) / [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Σε έξαρση βρίσκονται τον τελευταίο καιρό η γρίπη τα κρυολογήματα αλλά και οι διάφορες ιώσεις. Υψηλός πυρετός, έντονος βήχας είναι ορισμένα από τα συμπτώματα τα οποία έχουν κρεβατώσει μικρούς και μεγάλους.

Σύμφωνα με τις νέες συστάσεις που εξέδωσε η Αμερικανική Πνευμονολογική Εταιρεία ο βήχας, ανάλογα με τη χρονική του διάρκεια, χωρίζεται σε οξύς, όταν η διάρκειά του είναι μικρότερη των 3 εβδομάδων, υποξύς όταν διαρκεί από 3 έως 8 εβδομάδες, και χρόνιας όταν ξεπερνάει το διάστημα των 8 εβδομάδων.

**κρυωμένοι με βουλωμένη μύτη**

Σε αυτές τις περιπτώσεις ο βήχας είναι σύμπτωμα ενός απλού κρυολογήματος που συνοδεύεται με μούκωμα και δακρύρροια. Οι ειδικοί πνευμονολόγοι συστήνουν να ακολουθήσετε τις κλασικές συμβουλές για υγιεινή διατροφή και ζεστά ροφήματα και «οπλιστείτε» με υπομονή μέχρι η ίωση να κάνει τον κύκλο της.

**Βήχας με φλέγματα**

Οι καπνιστές γνωρίζουν πολύ καλά αυτόν το βήχα, καθώς πρόκειται για το γνωστό «τσιγαρόβηχα», που βοηθάει τον οργανισμό να απομακρύνει την περιττή βλέννα που παράγεται στον ερεθισμένο βλεννογόνο του αναπνευστικού.

Σταματήστε το κάπνισμα για να υποχωρήσει ο βήχας. Σε αντίθετη περίπτωση ζητήστε τη βοήθεια ενός πνευμονολόγου.

**Ξηρός που επιδεινώνεται**

Το συνάχι, η έντονη καταρροή και η αίσθηση ενός ξένου σώματος στο λαιμό σας που δεν μπορείτε να απομακρύνετε μπορεί να κρύβουν μια λοίμωξη στο ανώτερο αναπνευστικό που δεν έχει θεραπευτεί, με αποτέλεσμα οι εκκρίσεις που ρέουν πίσω από τη μύτη να ερεθίζουν τους υποδοχείς του βήχα στο φάρυγγα. Πάντως σε κάθε περίπτωση απευθυνθείτε στο ειδικό γιατρό.

**Μαζί με δύσπνοια**

Σύμφωνα με τους ειδικούς της Αμερικανικής Πνευμονολογικής Εταιρείας το άσθμα προκαλεί χρόνια βήχα, ο οποίος συνήθως είναι ξηρός και συνοδεύεται από

δύσπνοια και μερικές φορές σφίξιμο στο στήθος.

Οι ειδικοί επιστήμονες δηλώνουν κατηγορηματικά ότι οι πάσχοντες πρέπει να ανησυχήσουν και να απευθυνθούν στον γιατρό στις εξής περιπτώσεις:

- Αν ο βήχας διαρκεί πάνω από 3 εβδομάδες , συνοδεύεται από αίμα πυρετό, δύσπνοια, πόνο στο στήθος ή ακόμη και αν ανήκετε σε κάποια από τις ευπαθείς ομάδες (καπνιστές, καρδιοπαθείς, ηλικιωμένους, πνευμονοπαθείς).

Πηγή : latronet.gr

Πηγή: [ehealthcyprus.com](http://ehealthcyprus.com)