

English	Romanian	Română
<p><b>Cough</b> <b>About coughs</b></p> <p>A cough is a reflex action to clear your airways of mucus and irritants such as dust or smoke. It's rarely a sign of anything serious.</p> <p>A "dry cough" means it's tickly and doesn't produce any phlegm (thick mucus). A "chesty cough" means phlegm is produced to help clear your airways.</p> <p>Most coughs clear up within three weeks and don't require any treatment. For more persistent coughs, it's a good idea to see your GP so they can investigate the cause.</p> <p><b>What can cause a cough?</b></p> <p>Some of the main causes of short-term (acute) and persistent (chronic) coughs are outlined below.</p> <p><b>Short-term coughs</b></p> <p>Common causes of a short-term cough include:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• an upper respiratory tract infection (URTI) that affects the throat, windpipe or sinuses – examples are a <a href="#">cold</a>, <a href="#">flu</a>, <a href="#">laryngitis</a>, <a href="#">sinusitis</a> or <a href="#">whooping cough</a></li> <li>• a lower respiratory tract infection (LRTI) that affects your lungs or lower airways – examples are acute <a href="#">bronchitis</a> or <a href="#">pneumonia</a></li> <li>• an <a href="#">allergy</a>, such as <a href="#">allergic rhinitis</a> or <a href="#">hay fever</a></li> <li>• a flare-up of a long-term condition such as <a href="#">asthma</a>, <a href="#">chronic obstructive pulmonary disease (COPD)</a> or chronic <a href="#">bronchitis</a></li> <li>• inhaled dust or smoke</li> </ul> <p>In rare cases, a short-term cough may be the first sign of a health</p>	<p><b>Tusea</b> <b>Despre tuse</b></p> <p>Tusea este un reflex pentru a curăța căile respiratorii de mucus și iritanți precum praf sau fum. Rareori este un semn de ceva grav.</p> <p>O "tuse uscată" înseamnă că dă o senzație de furnicătură și că nu produce flegmă (mucus gros). O "tuse din piept" înseamnă că se produce flegmă pentru a ajuta la curățarea căilor respiratorii.</p> <p>Majoritatea tipurilor de tuse trec în trei săptămâni și nu necesită niciun tratament. Pentru tusea persistentă, este o idee bună să mergeți la medicul de familie pentru a investiga cauza.</p> <p><b>Ce poate cauza tusea?</b></p> <p>Mai jos, sunt descrise câteva din principalele cauze de tuse de scurtă durată (acută) și tuse persistentă (cronică).</p> <p><b>Tusea de scurtă durată</b></p> <p>Cauzele obișnuite ale tusei de scurtă durată includ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• o infecție de tract respirator superior (ITRS) care afectează gâtul, traheea sau sinusurile – de exemplu <a href="#">răceala</a>, <a href="#">gripa</a>, <a href="#">laringita</a>, <a href="#">sinuzita</a> sau <a href="#">tusea convulsivă</a></li> <li>• o infecție de tract respirator inferior (ITRI) care afectează plămânii sau căile respiratorii inferioare - de exemplu: <a href="#">bronșita</a> acută sau <a href="#">pneumonia</a></li> <li>• o <a href="#">alergie</a>, precum <a href="#">rinita alergică</a> sau <a href="#">alergia la polen</a></li> <li>• erupția unei afecțiuni de termen lung precum <a href="#">astmul</a>, <a href="#">boală pulmonară obstructivă cronică (BOPC)</a> sau <a href="#">bronșita cronică</a></li> <li>• praf sau fum inhalat</li> </ul> <p>În cazuri rare, tusea de scurtă durată poate fi primul semn al unei</p>	

condition that causes a persistent cough.

## Persistent coughs

A persistent cough may be caused by:

- a long-term respiratory tract infection, such as chronic bronchitis
- asthma – this also usually causes other symptoms, such as wheezing, chest tightness and shortness of breath
- an [allergy](#)
- smoking – a smoker's cough can also be a symptom of COPD
- bronchiectasis – where the airways of the lungs become abnormally widened
- postnasal drip – mucus dripping down the throat from the back of the nose, caused by a condition such as rhinitis or sinusitis
- [gastro-oesophageal reflux disease \(GORD\)](#) – where the throat becomes irritated by leaking stomach acid
- a prescribed medicine, such as an angiotensin-converting enzyme inhibitor (ACE inhibitor), which is used to treat high blood pressure and cardiovascular disease

In most cases, a doctor won't worry whether a cough is dry or chesty, but will need to know if you are producing much more or darker phlegm than usual.

Rarely, a persistent cough can be a symptom of a more serious condition, such as [lung cancer](#), [heart failure](#), a pulmonary embolism (blood clot on the lung) or [tuberculosis](#).

## Coughs in children

Coughs in children often have similar causes to those mentioned above. For example, respiratory tract infections, asthma and GORD

afecțiuni care cauzează tusea persistentă.

## Tusea persistentă

Tusea persistentă poate fi cauzată de:

- o infecție de lungă durată a tractului respirator precum bronșita cronică
- astm – acesta de obicei cauzează și alte simptome precum respirație șuierătoare, strângere în piept și sentimentul că rămâneți fără aer
- o [alergie](#)
- fumatul – tusea fumătorului poate fi și un simptom al BOPC
- bronșiectazie – atunci când căile respiratorii ale plămânilor devin anormal de largi
- picături postnazale – mucus care se scurge în jos pe gât din spatele foselor nazale, cauzate de o afecțiune precum rinita sau sinuzita
- [boala de reflux gastroesofagian \(BRGE\)](#) – atunci când gâtul devine iritat de scurgeri de acid stomacal
- medicamente prescrise, precum inhibitori ai enzimei de conversie a angiotensinei (inhibitori ECA), care sunt folosite pentru a trata tensiunea arterială ridicată și boli cardiovasculare

În majoritatea cazurilor, doctorul nu va fi interesat dacă tusea este uscată sau din piept ci va dori să știe dacă produceți mai multă flegmă sau flegmă mai închisă la culoare decât de obicei.

Rareori, tusea persistentă poate fi un simptom al unei afecțiuni mai grave, precum [cancer la plămâni](#), [insuficiență cardiacă](#), embolismul pulmonar (un cheag de sânge pe plămâni) sau [tuberculoză](#).

## Tusea la copii

Tusea la copii are adesea cauze asemănătoare celor menționate mai sus. De exemplu, infecții ale tractului respirator, astm și BRGE, toate

can all affect children.

Causes of coughs that are more common in children than adults include:

- bronchiolitis – a mild respiratory tract infection that usually causes cold-like symptoms
- croup – this causes a distinctive barking cough and a harsh sound known as stridor when the child breathes in
- [whooping cough](#) – look out for symptoms such as intense, hacking bouts of coughing, vomiting, and a "whoop" sound with each sharp intake of breath after coughing

Occasionally, a persistent cough in a child can be a sign of a serious long-term condition, such as [cystic fibrosis](#).

## When to see your GP

There's usually no need to see your GP if you or your child have a cough for a week or two. However, you should seek medical advice if:

- you've had a cough for more than three weeks
- your cough is particularly severe
- you cough up blood or experience shortness of breath, breathing difficulties or chest pain
- you have any other worrying symptoms, such as unexplained weight loss, a persistent change in your voice, or lumps or swellings in your neck

If your GP is unsure what's causing your cough, they may refer you to a hospital specialist for an assessment. They may also request some tests, such as a chest [X-ray](#), allergy tests, breathing tests, and an analysis of a sample of your phlegm to check for infection.

acestea pot afecta copiii.

Cauzele tusei care sunt mai obișnuite la copii decât la adulți includ:

- bronșiolita – o ușoară infecție a tractului respirator care, de obicei, cauzează simptome asemănătoare răcelii
- crupa – aceasta cauzează o tuse distinctivă precum un lătrat și un sunet aspru cunoscut sub numele de sunet enervant atunci când copilul inspiră
- [tusea convulsivă](#) – fiți atenți la simptome precum accese rapide de tuse intensă, vomă, și un sunet șuierător cu fiecare inspirație bruscă după tuse

Ocazional, tusea persistentă la copii poate fi semnul unei afecțiuni pe termen lung precum [fibroza chistică](#).

## Când să mergeți la medicul de familie

De obicei, nu este nevoie să mergeți la medicul de familie dacă dumneavoastră sau copilul dumneavoastră aveți o tuse de o săptămână sau două. Însă, trebuie să solicitați asistență medicală dacă:

- tușiți de mai mult de trei săptămâni
- tusea este în special severă
- tușiți cu sânge sau simțiți că nu aveți aer, aveți dificultăți respiratorii sau durere în piept
- aveți alte simptome îngrijorătoare precum pierdere în greutate fără explicație, o schimbare persistentă a vocii sau noduli sau umflături în gât

Dacă medicul dumneavoastră de familie nu este sigur ce anume cauzează tusea, v-ar putea face trimitere la un specialist la spital pentru evaluare. Este posibil să ceară anumite teste precum radiografia cu raze X la nivelul pieptului, teste de alergii, teste de respirație și o analiză a unei probe de flegmă pentru a verifica dacă există vreo infecție.

## What treatments are available?

Treatment isn't always necessary for short-term coughs because it's likely to be a viral infection that will get better on its own within a few weeks. You can look after yourself at home by resting, drinking plenty of fluids, and taking painkillers such as [paracetamol](#) or [ibuprofen](#).

### Cough medicines and remedies

Although some people find them helpful, medicines that claim to suppress your cough or stop you bringing up phlegm are not usually recommended. This is because there's little evidence to suggest they're any better than simple home remedies, and they're not suitable for everyone.

The [Medicines and Healthcare products Regulatory Agency \(MHRA\)](#) recommends that over-the-counter cough and cold medicines shouldn't be given to children under the age of six. Children aged 6 to 12 should only use them on the advice of a doctor or pharmacist.

A homemade remedy containing honey and lemon is likely to be just as useful and safer to take. Honey shouldn't be given to babies under the age of one because of the risk of infant botulism.

### Treating the underlying cause

If your cough has a specific cause, treating this may help. For example:

- asthma can be treated with inhaled steroids to reduce inflammation in your airways
- allergies can be treated by avoiding things you're allergic to and taking antihistamines to dampen down your allergic reactions
- bacterial infections can be treated with [antibiotics](#)
- GORD can be treated with antacids to neutralise your stomach acid and medication to reduce the amount of acid your stomach

## Ce tratamente sunt disponibile?

Tratamentul pentru tusea de durată scurtă nu este întotdeauna necesar deoarece cel mai probabil este o infecție virală care se va ameliora de la sine în câteva săptămâni. Puteți avea grijă de dumneavoastră acasă odihnindu-vă, consumând multe lichide și luând calmante precum [paracetamol](#) sau [ibuprofen](#).

### Medicamente de tuse și remedii

Deși unele persoane le consideră utile, medicamentele care susțin că vă înnăbușă tusea sau vă oprește din tusea cu flegmă nu sunt de obicei recomandate, deoarece există puține dovezi că sunt mai bune decât remediile simple de acasă și nu sunt potrivite pentru oricine.

[Agenția care reglementează produsele medicinale și de sănătate \(ARPMS\)](#) recomandă ca medicamentele de tuse și răceală fără prescripție să nu fie date copiilor sub vârsta de șase ani. Copiii cu vârste cuprinse între 6 și 12 ani trebuie să le ia doar cu sfatul medicului sau farmacistului.

Un remediu făcut acasă care conține miere și lămâie este probabil la fel de util și mai sigur de luat. Mierea nu trebuie dată copiilor mai mici de un an deoarece există riscul de a face botulism infantil.

### Tratarea cauzei care stă la bază

Dacă tusea dumneavoastră are o cauză anume, tratarea acesteia ar putea fi util. De exemplu:

- astmul poate fi tratat cu steroizi inhalați pentru a reduce inflamația la nivelul căilor respiratorii
- alergiile pot fi tratate evitând lucrurile la care sunteți alergic și luând antihistaminice pentru a calma reacțiile alergice
- infecțiile bacteriene pot fi tratate cu [antibiotice](#)
- BRGE poate fi tratat cu antiacizi pentru a neutraliza acidul stomacal, și medicamente care reduc cantitatea de acid pe care

<p>produces</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• COPD can be treated with bronchodilators to widen your airways</li></ul> <p>If you smoke, quitting is also likely to help improve your cough.</p> <p><b>Cough self-help guide</b></p> <p>If you have a cough, complete our self-help guide to assess your symptoms and find out what to do next.</p>	<p>stomacul o produce</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• BOPC poate fi tratată cu bronhodilatatori pentru a vă lărgi căile respiratorii</li></ul> <p>Dacă fumați, renunțarea la fumat probabil va ameliora tusea.</p> <p><b>Ghid de autoajutor pentru tuse</b></p> <p>Dacă aveți tuse, completați ghidul de autoajutor pentru a vă evalua simptomele și pentru a afla ce să faceți mai departe.</p>
--	--