

Біль у грудній клітці

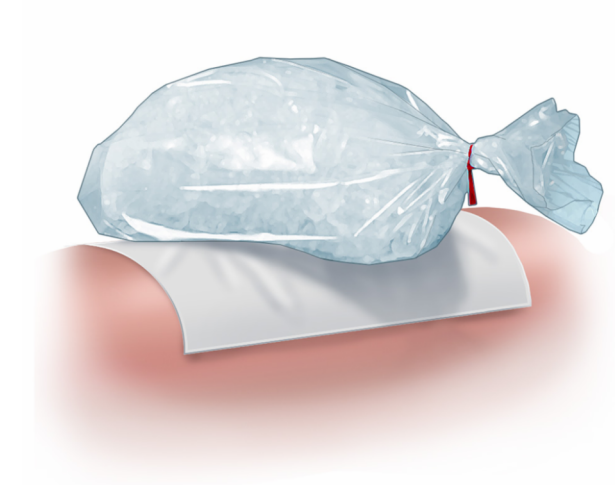
Вступ

Біль у грудній клітці — це біль у кістках та м'язах грудної клітки або навколо них. Іноді травма викликає цей біль. Надмірний кашель або перевантаження м'язів рук і грудної клітки також можуть викликати біль у грудній клітці. Іноді причина може бути невідома. Для полегшення цього болю може знадобитися кілька тижнів або більше.

Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

Лікування болю, скутості та набряку

- Відповідно до вказівок покладіть лід на болючу ділянку:
 - Покладіть лід у пластиковий пакет.
 - Покладіть рушник між шкірою та пакетом.
 - Залиште лід на 20 хвилин, 2–3 рази на день.



Діяльність

- Відпочивайте відповідно до вказівок Вашого лікаря.
- Уникайте видів діяльності, які викликають біль. До них належать будь-які дії, під час яких використовуються м'язи грудної клітки або м'язи живота та бічні м'язи для підняття важких предметів. Запитайте у свого лікаря, які види діяльності безпечні для Вас.

Загальні інструкції

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише відповідно до вказівок Вашого лікаря.
- **Не** використовуйте продукти, що містять нікотин або тютюн, такі як сигарети, електронні сигарети та жувальний тютюн. Це може сповільнити лікування після травми. Якщо Вам потрібна допомога, щоб кинути палити, зверніться до свого лікаря.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження відповідно до вказівок Вашого лікаря. Це важливо.



Зверніться до лікаря, якщо:

- У Вас гарячка.
- Біль у грудях посилюється.
- У Вас виникли нові симптоми.

Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- У Вас нудота або блювання.
- Ви відчуваєте пітливість або запаморочення.
- У Вас кашель зі слизом із легенів (*мокротиння*) або кашель із кров'ю.
- У Вас розвивається задишка.

Ці симптоми можуть свідчити про серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної допомоги. Не їдьте самі в лікарню.

Підсумок

- Біль у грудній клітці — це біль у кістках та м'язах грудної клітки або навколо них.
- Залежно від причини його можна лікувати льодом, відпочинком, лікарськими препаратами та уникненням дій, які викликають біль.
- Зверніться до лікаря, якщо у Вас підвищиться температура тіла, посилиться біль у грудях або з'являться нові симптоми.
- Негайно зверніться по допомогу, якщо Ви відчуваєте запаморочення або у Вас виникне задишка. Ці симптоми можуть бути невідкладними.