

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE · OÍDO, NARIZ, GARGANTA Y OJO

Amigdalitis y dolor de garganta

EM Orbit

Usted acudió al servicio de urgencias con dolor de garganta. El médico lo examinó y cree que tiene amigdalitis o una infección de garganta. Se encuentra lo bastante bien para irse a casa. Esta hoja explica cómo aliviar los síntomas y cuándo volver.

¿Qué es?

La amigdalitis es una infección de las amígdalas, los dos bultos que hay al fondo de la garganta. Causa dolor de garganta, dolor al tragar, fiebre y, a veces, ganglios hinchados en el cuello. La mayoría de los dolores de garganta los causan virus y mejoran solos en aproximadamente una semana. Los antibióticos solo ayudan en algunas infecciones por bacterias, así que su médico puede no recetarlos.

Cómo cuidarse en casa

- Beba abundantes líquidos, aunque le duela tragar. Las bebidas frías y los polos de hielo pueden calmar la garganta.
- Coma alimentos blandos y fáciles de tragar, como sopa, yogur o papilla de avena.
- Haga gárgaras con agua tibia y sal varias veces al día. No la trague.
- Descanse y quédese en casa, sin ir al trabajo ni a la escuela, hasta que se le haya quitado la fiebre y se sienta mejor.
- Lávese las manos con frecuencia y no comparta vasos ni cubiertos, para no contagiar la infección.
- No fume, y evite los lugares con humo.

Medicamentos

- El paracetamol puede ayudar con el dolor y la fiebre, salvo que su médico le haya dicho que no. Siga las instrucciones del envase o de su médico.
- El ibuprofeno también puede ayudar, salvo que su médico le haya dicho que no. Evítelo si tiene úlcera de estómago, enfermedad de los riñones, algunos tipos de asma o está embarazada.
- Las pastillas o aerosoles para la garganta de la farmacia pueden aliviar el dolor.
- Si le dieron antibióticos, tome el tratamiento completo como le indicó su médico, aunque se encuentre mejor.

Seguimiento

- Acuda a su médico de familia o centro de salud si no mejora después de 1 semana.
- Acuda a su médico si tiene amigdalitis muchas veces al año.

Vuelva a urgencias o llame a una ambulancia de inmediato si:

- **Dificultad para respirar, o respiración ruidosa**
- **No puede tragar su propia saliva, o babea**
- **No puede abrir del todo la boca, o un lado de la garganta está muy hinchado**
- **Su voz suena apagada, como si tuviera algo caliente en la boca**
- **No puede beber lo suficiente y orina muy poco**
- **Rigidez de cuello, una erupción que no desaparece al presionarla, o mucho sueño**

Escanee para leer esta hoja en su teléfono

Este folleto es información general que apoya los consejos que le dio hoy su médico o enfermera. No los sustituye. Si está preocupado, busque ayuda médica. Traducido del original en inglés; prevalece la versión inglesa.