ब्रोन्काइटिस

Bronchitis

Bronchitis is swelling of the lining of the large airways called bronchi in the lungs. The swelling causes more mucus than normal to be made. This can block the airflow through the lungs and may damage the lungs.

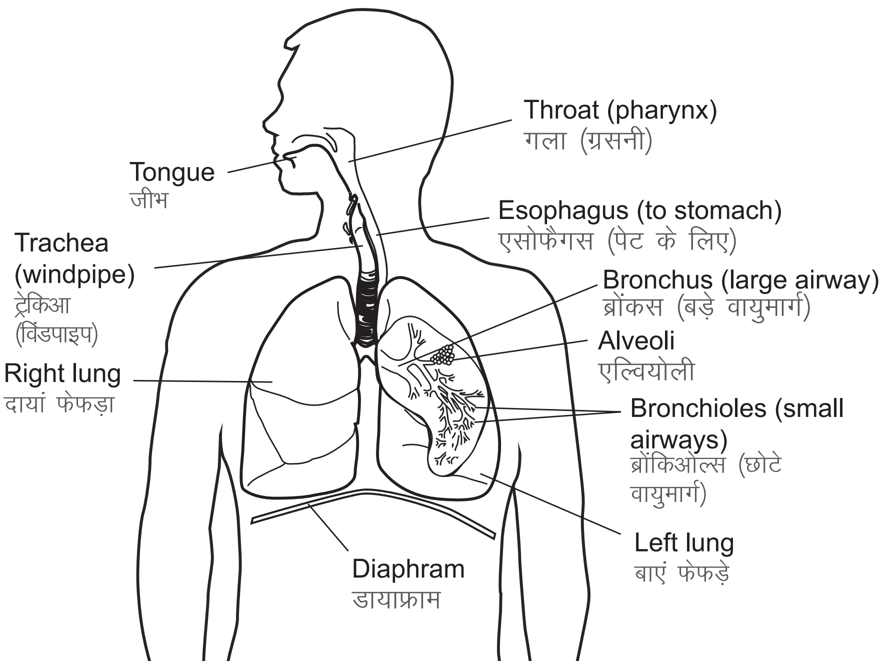
ब्रोन्काइटिस बड़े वायुमार्ग की परत की सूजन है जिसे फेफड़ों में ब्रोन्काई कहा जाता है। सूजन के कारण सामान्य से अधिक बलगम बनता है। यह फेफड़ों के जरिए होने वाले वायुप्रवाह को अवरुद्ध कर सकता है और फेफड़ों को नुकसान पहुँचा सकता है।

Acute bronchitis often starts to get better in days, but the cough may last 2 to 4 weeks. Over the counter medicines can help to control aches, fever and loosen mucus. Treatment by your doctor may not be needed unless you are not feeling better or you have more trouble breathing.

तीव्र ब्रोन्काइटिस अकसर कुछ दिनों में बेहतर होना शुरू हो जाता है, लेकिन खाँसी 2 से 4 सप्ताह तक रह सकती है। बिना नुस्खे वाली दवाओं से दर्द, बुख़ार को नियंत्रित करने और बलगम को ढीला करने में मदद मिल सकती है। संभव है कि आपके डॉक्टर द्वारा उपचार किए जाने की आवश्यकता तब तक नहीं हो जब तक कि आप अस्वस्थ महसूस नहीं कर रहे हों या आपको साँस लेने में अधिक परेशानी नहीं हो।

Chronic bronchitis is a long-term disease of the lungs. It is one disease in a group of lung diseases called COPD or chronic obstructive pulmonary disease. The damage often gets worse over time and cannot be cured.

चिरकालिक ब्रोन्काइटिस फेफड़ों की एक लंबी अवधि की बीमारी है। यह फेफड़ों की बीमारियों के एक समूह, जिसे COPD या चिरकालिक अवरोधक फुफ्फुसीय रोग कहा जाता है, की एक बीमारी है। नुकसान अकसर समय के साथ बदतर हो जाता है और उसे ठीक नहीं किया जा सकता है।



Signs of Bronchitis

- A frequent cough, often with yellow or green mucus
- Feeling tired
- Chest pain with coughing or deep breathing
- Noisy breathing such as wheezing or whistling
- Shortness of breath
- Body aches
- Fever or chills
- Sore throat
- Runny or stuffy nose

ब्रोन्काइटिस के लक्षण

- लगातार खाँसी, अकसर पीले या हरे बलगम के साथ
- थकान का अनुभव
- हरी साँस लेने से सीने में दर्द
- साँस लेने पर शोर जैसे घरघराहट या सीटी बजाना
- साँस लेने में कठिनाई
- शरीर में दर्द
- बुख़ार या ठंड लगना
- गले में खराश
- बहती या भरी हुई नाक

Causes of Bronchitis

- Bacterial or viral infections
- Smoking
- Air pollution
- Allergy to something in the air such as pollen
- Lung disease such as asthma or emphysema

ब्रोन्काइटिस के कारण

- जीवाणु-संबंधी या वायरल संक्रमण
- धूम्रपान
- वायु प्रदुषण
- हवा में मौजूद किसी चीज से एलर्जी जैसे पराग
- फेफड़ों की बीमारी जैसे कि दमा या वातस्फीति

Your Care

Your care may include medicines and breathing exercises to help you breathe easier. You may need oxygen if you have chronic bronchitis. Your care may also include:

- Avoiding colds and the flu.
- Wash your hands well and often to lower your risk of infections.
- Drinking a lot of liquids to keep mucus thin.
- Using a humidifier or vaporizer.

आपकी देखभाल

आपकी देखभाल में आपको आसानी से साँस लेने में मदद करने के लिए दवाएँ और साँस लेने संबंधी व्यायाम शामिल हो सकते हैं। यदि आपको चिरकालिक ब्रोन्काइटिस है, तो आपको ऑक्सीजन की आवश्यकता हो सकती है। आपकी देखभाल में निम्नलिखित कार्य भी शामिल हो सकते हैं:

- सर्दी और फ़्लू से बचना।
- संक्रमण के अपने जोखिम को कम करने के लिए अपने हाथों को अच्छी तरह और बार-बार धोना।
- बलगम को पतला रखने के लिए प्रचूर मात्रा में तरल पदार्थ पीना।
- ह्मिडिफायर या वैपोराइज़र का प्रयोग करना।

- Using postural drainage and percussion to loosen mucus from your lungs. You will be taught how to do this.
- Get a flu shot each year and talk to your doctor about getting the pneumonia vaccine.

- अपने फेफड़ों से बलगम ढीला करने के लिए आसनीय जल निकासी और परिताड़न का प्रयोग करना। आपको सिखाया जाएगा कि यह कैसे करना है।
- हर साल फ़्लू का टीका लगवाएँ और अपने डॉक्टर से निमोनिया का टीका लगवाने के बारे में बात करें।

To Breathe Easier

- Quit smoking. The only way to slow the damage of chronic bronchitis is to quit smoking. It is never too late to quit.
- Do not drink alcohol. It dulls the urge to cough and sneeze to clear your air passages. It also causes your body to lose fluid, making the mucus in your lungs thicker and harder to cough up.
- Avoid things that irritate your lungs such as air pollution, dusts and gases.
- Sleep with your upper body raised. Use foam wedges or raise the head of your bed.

साँस लेने में आसानी के लिए

- धूम्रपान छोड़ दें। चिरकालिक ब्रोन्काइटिस की क्षति को धीमा करने का एकमात्र तरीका धूम्रपान छोड़ना है। इसे छोड़ने के लिए किसी समय को देर होना न मानें।
- शराब न पिएँ। इससे आपके वायु मार्ग को साफ करने के लिए खाँसने और छींकने की इच्छा में कमी आती है। यह आपके शरीर में तरल पदार्थ की कमी का कारण बनता है, जिससे आपके फेफड़ों में बलगम मोटा हो जाता है और खाँसना कठिन हो जाता है।
- ऐसी चीजों से बचें जो आपके फेफड़ों को उत्तेजित करती हैं जैसे कि वायु प्रदूषण, धूल और गैसें।
- अपने शरीर के ऊपरी भाग को उठाकर सोएँ। फोम वेजेज़ (पच्चर) का उपयोग करें या अपने बिस्तर के सिर को उठाएँ।

Call your doctor right away if you:

- Have chills or a fever over 101 degrees F or 38 degrees C
- Need to use your inhalers or breathing treatments more often
- Have more mucus, the color changes or it becomes too hard to cough up
- Have a new or worsening gray or blue tint of your nails or the skin of your fingers or mouth
- Have trouble talking or doing your normal activities
- Have to use more pillows when sleeping or start having to sleep in a chair to breathe at night

अपने डाक्टर को तत्काल फोन करें यदि:

- ठंड लगना या 101 डिग्री फॉरेनहाइट या 38 डिग्री सेल्सियस से अधिक बुखार होना
- अपने इनहेलर्स या श्वास उपचारों का अधिक बार उपयोग करने की आवश्यकता है
- अधिक बलगम होता है, रंग बदलता है या खाँसना बहुत मुश्किल हो जाता है
- मुँह या उँगलियों की त्वचा या आपके नाखूनों में नई या बदतर होती भूरी या नीली रंगत का आना
- बोलने या अपनी सामान्य गतिविधियों को करने में परेशानी होती है
- सोते समय अधिक तकियों का उपयोग करना पड़ता है या रात में साँस लेने के लिए कुर्सी पर सोना शुरू करना पड़ता है

Call 911 right away if you:

- Cannot get your breath
- Become confused, dizzy or feel faint
- Have new chest pain or tightness

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

911 पर तुरंत कॉल करें, यदि आपको:

- अपनी साँस न ले सकना
- भ्रमित होना, चक्कर आना या बेहोश हो जाना
- सीने में नया दर्द या जकड़न

यदि आपके कोई प्रश्न या चिंताएं हों तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।

© 2005 - February 14, 2021, Health Information Translations.

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Wexner Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain treatment.