



LA CLÍNICA DE RINOSINUSITIS  
LUTHER HANCOCK MD, CL. FACS, FAHA, FRCPC, FRCPC (C)

## Tengo la nariz tapada! ¿Qué es lo que tengo?

Tabla Comparando el Catarro, Gripe, Alergias Nasales y Sinusitis Aguda

Síntoma	Catarro	Gripe (Flu)	Alergias Nasales	Sinusitis Aguda
Fiebre	raro, usualmente menos de 101.5	bien alta (102–104°F); dura de 3–4 días	nunca	común
Moquera Clara	Prominente	puede ocurrir	al exponerse al alérgeno	ocasionalmente
Dolor de Cabeza	raro	prominente	raro	común, aumenta al mover la cabeza
Dolor de cuerpo	leve	usualmente severo	ninguno	ninguno
Cansancio, fatiga	leve	puede durar semanas	algunas veces	puede ocurrir
Agotamiento extremo	nunca	temprano y prominente	raro	puede ocurrir
Nariz tapada	bien común	algunas veces	común	común
Estornudos	usualmente	algunas veces	bien común	puede ocurrir
dolor de garganta	común	algunas veces	ocasionalmente	algunas veces
Tos	moderada	común	asma	puede ocurrir
Complicaciones	dolor de oído	bronchitis, pulmonía	tos, toterem postnasal	absceso orbital, meningitis
Prevención	buena higiene	vacunación anual, anti-virales	evitar la expocisión, antihistamínicos	irrigación nasal con salina

### Tratamiento para la Infección Viral Aguda Respiratoria Superior

- Descanse bastante.
- Si usted usa típicamente un aerosol de esteroides nasales discontinúelo al primer signo de una infección viral.
- Manténgase hidratado bebiendo un muchos líquidos. Dosis alta de vitamina C no han probado ser beneficiosa.
- Acetaminophen (Tylenol ®) es generalmente preferido para la fiebre y el dolor.
- Medicamentos isn receta (OTC) (Nyquil®, Tylenol Cold® ) pueden dar un alivio significativo de los síntomas.
- Los antihistamínicos tradicionales ([Benadryl®], otros) se utilizan mejor para la alergia, pero pueden ser útiles para suprimir algunos síntomas de URI viral.
- Los descongestionantes orales (pseudoefedrina (Sudafed®), otros) proporcionan cierto alivio para las narices tapadas, pero pueden asociarse con insomnio, nerviosismo e irritabilidad en pacientes susceptibles.
- Guaifenesin (Robitussin®, Mucunex®, Humibid LA®) un diluyente mucoso puede ayudar al moco espeso grueso para que pueda expectorar o soplar hacia afuera.
- Dextromethorphan puede ser útil como un supresor de la tos.
- Los medicamentos contra la gripe recetados (oseltamivir / Tamiflu®) se pueden usar para tratar y prevenir la gripe. Típicamente, deben iniciarse dentro de las 48 horas posteriores a la aparición de los síntomas para acortar la gravedad y la duración de la infección.
- **SAMBUCOL / SINUPREPT es un remedio herbal que ha demostrado disminuir la longitud del virus respiratorio.**