

Continue



Como aliviar a coceira na garganta

De alergias a infecções respiratórias, muitos fatores podem provocar coceira na garganta e tosse, sintomas bastante inconvenientes para o dia a dia, que podem dificultar a realização de tarefas e até atrapalhar o repouso para quem está gripado, por exemplo. Sem tempo para ler o conteúdo? Clique no player abaixo e ouça agora! A boa notícia é que, assim como têm muitas causas, esses sintomas também contam com diversas alternativas para aliviar o mal-estar causado por eles, controlando o incômodo e tratando a origem do problema, o que é essencial para uma boa recuperação, rápida e sem complicações. Nesse post, vamos explicar, em detalhes, por que tossimos e por que a garganta coça. Além disso, vamos exibir as principais causas, remédios e tratamento para coceira na garganta e tosse seca, com dicas práticas e eficientes do que fazer para acabar com o problema o mais rápido possível. Continue lendo! Por que tossimos? A tosse é um impulso involuntário do organismo. Ela é gerada quando a musculatura respiratória se contraí e esvazia o ar dos pulmões de uma só vez, empurrando qualquer corpo estranho alojado na garganta para fora da boca, junto com saliva e muco, secreções que ajudam a prender essas partículas. De modo geral, acontece naturalmente quando detectamos a presença de um agente externo no trato respiratório. Pode ser um vírus ou bactéria, por exemplo, quando estamos com algum tipo de infecção. Também pode ser que alérgenos e agentes irritantes, como poeira, ácaros e fumaça, que foram inalados com a respiração, entrem em contato com a mucosa da garganta, irritando o local. Por que a garganta coça? Em condições ideais, a mucosa da garganta fica sempre úmida, por conta do muco, que é naturalmente produzido no sistema respiratório. Essa secreção serve para diminuir o risco de irritação, capturando partículas e evitando que elas entrem em contato com o tecido que reveste o esôfago e a traqueia. Mesmo assim, corpos estranhos podem tocar a parede interna da garganta, o que o sistema imune detecta como um tipo de ameaça e reage para tentar se livrar dela. Assim, a área fica irritada e começa a coar, estimulando a produção de muco e saliva, a tosse e outras movimentações da musculatura. Tudo isso para limpar a garganta e tentar eliminar a ameaça o mais rapidamente possível, com uma resposta bem similar ao que percebemos durante uma reação alérgica. A coceira na garganta e a tosse costumam estar interligadas e podem piorar quando a mucosa está ressecada, pois isso significa que estamos sem a barreira de proteção oferecida pela secreção natural. O que pode ser coceira na garganta e tosse? Conforme apontado, as causas para esses sintomas variam bastante, desde fatores ambientais, infecções, até o consumo excessivo de certas substâncias e a ocorrência de problemas no trato digestivo. Veja o que pode ser coceira na garganta e tosse: Alergias As alergias acontecem quando um agente irritante entra no organismo, causando irritação e hipersensibilidade. Nesse caso, um dos primeiros sinais desse tipo de reação é a coceira na garganta e a tosse, junto de olhos lacrimejantes e inflamação repentina das mucosas. Entre as causas mais comuns para reações alérgicas, temos: poeira; pólos de animais; ácaros; pólen; gases e substâncias tóxicas. Gripes e resfriados Essas são as principais infecções respiratórias capazes de nos atingir, mas certamente não são as únicas. Basicamente, ocorrem quando um vírus entra no organismo e usa as nossas células para se multiplicar, provocando inflamações e outras respostas do sistema imune para recuperar o controle do corpo e eliminar o invasor. Outras infecções respiratórias que provocam esses sintomas: pneumonia; faringite; laringite; sinusite; rinite alérgica; bronquite; asma; tuberculose. Tabagismo e poluição ambiental Esses componentes agem do mesmo modo que outros alérgenos, mas é importante diferenciá-los por conta da forma como provocam sintomas e pioram o mal-estar simultaneamente. As substâncias tóxicas presentes na fumaça do cigarro e na poluição ambiental, como é o caso do gás carbônico, podem causar a coceira e a tosse, ao mesmo tempo que deixam a garganta ressecada e reduzem a capacidade do organismo se proteger, agravando o quadro. Alcool e cafeína O consumo excessivo de álcool e bebidas à base de cafeína pode gerar desconforto estomacal e causar inflamações no esôfago, deixando a região mais vulnerável e sensível. Com isso, a garganta também pode acabar ressecada e com mais chances de sofrer com os sintomas citados. Refluxo gastroesofágico Quem sofre de refluxo pode sofrer com coceira de garganta e tosse, junto da sensação de queimação e náusea, comuns nesse distúrbio. Com o suco gástrico subindo o esôfago e queimando a mucosa, ele pode causar lesões, irritações e ressecamento, favorecendo o quadro sintomático. Clima seco e frio O clima é um fator ambiental que pode causar e agravar a coceira na garganta e a tosse. Quando chegam as estações de outono e inverno, as temperaturas caem e o ar fica mais seco, o que gera incômodo para o trato respiratório, altera a consistência do muco e favorece o ressecamento. Assim, o corpo fica vulnerável para invasores e pode sofrer constantemente com a garganta coçando e as crises de tosse, para tentar eliminar esses agentes externos. Fatores que agravam a tosse e coceira na garganta Qualquer fator que provoca o ressecamento das mucosas e aumenta a inalação de corpos estranhos que podem irritar as vias respiratórias são listados entre aqueles que causam ou pioram a coceira na garganta e a tosse, entre os quais, temos: clima seco e frio; ambientes com muita poeira; locais fechados; ar-condicionado, principalmente se a manutenção não estiver em dia; comidas apimentadas e cheias de condimentos; alimentos ultraprocessados; poluição; cigarro; uso de produtos de limpeza ou perfumes com odores fortes; consumo de bebidas alcoólicas, café e refrigerantes, entre outras bebidas com gás. Quais sintomas vem junto da coceira na garganta e a tosse? Um problema comum quando temos muita coceira na garganta e tosse acontece por conta de outros similares que nos atingem nesses momentos, a maioria com origem em reações alérgicas e mecanismos de defesa do nosso organismo. Entre eles, podemos citar: pigarro; catarro na garganta; dificuldade de engolir e respirar; dor na garganta; rouquidão; garganta áspera, raspando; olhos lacrimejando; febre; enjoo; indisposição. De modo geral, quanto mais intensa for a causa do problema, maior pode ficar a lista de sintomas. Por isso, fique de olho na evolução do quadro e não deixe de procurar atendimento médico caso a situação se agrave. Por que a coceira na garganta e tosse pioram a noite? Você certamente já passou por uma situação dessas ou conhece alguém que passou: o dia todo ficou com uma coceirinha leve na garganta, algumas tossidas, mas nada demais. À noite, deitou para dormir e começou a ter crises de tosse e ter muita coceira na garganta. Isso tende a acontecer por que o muco na garganta tem mais dificuldade de descer o esôfago e ser absorvido pelo corpo quando estamos na horizontal, sem ter a gravidade a nosso favor. Além disso, a temperatura pode cair ao anoitecer, ressecando a garganta. Por fim, quem sofre de desvio de septo e, por qualquer motivo, respira somente pela boca quando dorme, tende a ficar com a mucosa ressecada e mais sensível a agentes irritantes. Coceira na garganta e tosse: o que fazer para melhorar? Chegou a hora de conferir como aliviar a coceira na garganta e a tosse, com os melhores remédios para aliviar esses sintomas, tratamentos indicados para a causa do quadro e cuidados caseiros que pode adotar no seu dia a dia para diminuir o incômodo e controlar o problema. Montamos nossas dicas para incluir o que tomar, o que evitar e o que fazer para melhorar. Confira: 1. Beba bastante água Beber água ajuda a manter o corpo hidratado e o muco mais fluido, facilitando sua absorção e melhorando sua capacidade de manter a garganta limpa. Além disso, a própria água ingerida pode auxiliar na remoção de partículas alojadas no esôfago, diminuindo os gatilhos para a coceira e a tosse. 2. Mantenha o ambiente bem ventilado e limpo Um ambiente bem limpo e ventilado tem menor concentração de alérgenos inaláveis, ou seja, oferece menor risco de provocar ou agravar o quadro de quem está com coceira na garganta e tosse. Se estiver em ambientes climatizados e fechados, desligue o ar-condicionado e abra as janelas de vez em quando. 3. Cuidado com a alimentação em momentos de crise E bom evitar comidas gordurosas, apimentadas e ultraprocessadas sempre que possível, principalmente se a tosse e a coceira na garganta estiverem incomodando. Esses alimentos podem estressar o trato digestivo e piorar a irritação que dá origem a esses sintomas. 4. Mantenha a cabeça elevada em relação ao corpo Especialmente quando for dormir ou ficar descansando, é recomendado que você mantenha a cabeça elevada em relação ao restante do corpo. Isso pode aliviar os sintomas e ajudar a controlar as crises de tosse seca. 5. Faça gargarejos com água morna e sal A combinação de água morna e sal para gargarejos pode ser utilizada para diminuir o incômodo na garganta, aliviando o inchaço, removendo corpos estranhos que irritam a mucosa e deixando a região mais úmida e confortável. Misture 100 ml de água levemente aquecida com uma pitada de sal e faça o gargarejo três vezes ao dia. Essa medida não é recomendada para hipertensos e crianças pequenas, que podem se engasgar. 6. Identifique a causa e tente evitá-la ou tratá-la É essencial que você tente identificar a causa dos sintomas alérgicos e tente acabar com ela, ao mesmo tempo que busca aliviar o quadro de tosse e coceira na garganta. Nesse caso, evite os gatilhos e agravantes, como poeira, fumaça de cigarro, cheiros fortes ou pelos de animais. Se estiver gripado, por exemplo, não deixe de repousar e siga com o tratamento antigripal para conseguir se recuperar totalmente. 7. Faça repouso e tente não falar muito Quando falamos, a movimentação da garganta pode gerar fricção com corpos estranhos alojados na mucosa, provocando crises de tosse. Além disso, se estiver ressecada, a mucosa tende a ficar mais irritada com isso, portanto, evite falar sempre que possível. 8. Tome chás com mel, limão e gengibre Ingredientes como mel, limão e gengibre têm propriedades germicidas, anti-inflamatórias e são fontes de nutrientes importantes para a resposta imunológica. Utilizados no preparo de chás, são fáceis de tomar e amenizam o desconforto da garganta inflamada e coçando. 9. Use um umidificador de ar Para evitar os efeitos prejudiciais do clima seco, principalmente se morar em grandes centros urbanos, onde a poluição ambiental é mais forte, use umidificadores de ar para que a respiração fique mais agradável. 10. Verifique a possibilidade de tomar remédios para amenizar reações alérgicas Os remédios para coceira na garganta e tosse são aqueles com propriedades antialérgicas, que ajudam o organismo a controlar a inflamação, reduzir a irritação, expectorar o catarro e diminuir a dor na área afetada. Para saber o que tomar para coceira na garganta e tosse, procure seu médico de confiança ou fale com o farmacêutico. E não deixe de ler a bula antes de usar qualquer medicamento, para verificar a dosagem indicada e se o mesmo é indicado para você E com isso finalizamos o post, esperamos que você tenha aprendido um pouco mais sobre esses sintomas, suas causas e, o mais importante: como tratá-los. Para mais dicas de saúde e bem-estar, acesse o blog Portal da Saúde. Até mais! A coceira na garganta e tosse podem ser causadas por alergias respiratórias, gripes, resfriados, sinusite, exposição a substâncias irritantes, refluxo gastroesofágico ou COVID-19, que podem causar irritação ou inflamação na garganta, estimular a produção de muco e desencadear o reflexo da tosse. Encontre um Otorrinolaringologista perto de você! Parceria com Busca Médica Dependendo da sua causa, a coceira na garganta e tosse podem estar acompanhadas de outros sintomas, como nariz escorrendo ou entupido, dificuldade para engolir, dor de garganta, febre ou falta de ar, por exemplo. É importante consultar o otorrinolaringologista sempre que surgir coceira na garganta e tosse seca persistente ou com catarro, ou quando está acompanhada de outros sintomas, para que seja identificada sua causa e indicado o tratamento mais adequado. Principais causas As principais causas de coceira na garganta e tosse são: 1. Alergia respiratória A alergia respiratória pode levar ao surgimento de garganta coçando e tosse seca persistente, além de coscar, olhos lacrimejando ou espirros, por exemplo. Geralmente, a alergia respiratória é causada por alergia à poeira, ácaro ou pelo de animais, pólen das árvores ou das flores, pólen ou fumaça, provocando a liberação de histamina no corpo, uma substância responsável pelos sintomas da alergia. Saiba todos os sintomas e causas da rinite. O que fazer: o tratamento da alergia respiratória deve ser feito com orientação do otorrinolaringologista que pode recomendar o uso de remédios anti-histamínicos para aliviar os sintomas alérgicos. Além disso, é fundamental identificar a causa da alergia, pois assim é possível evitar novas crises alérgicas. Confira os principais anti-histamínicos que podem ser indicados pelo médico. Conte com os nossos especialistas para entender a causa dos seus sintomas. Marque sua consulta já! Parceria com agende sua consulta online Disponível em: São Paulo, Rio de Janeiro, Distrito Federal, Pernambuco, Bahia, Maranhão, Pará, Paraná, Sergipe e Ceará. 2. Ar seco e ar condicionado Quando o ar está mais seco e/ou frio, a mucosa da garganta tende a perder umidade, e a garganta tende a ficar mais seca e irritada, causando coceira na garganta, tosse seca, pigarro ou até rouquidão. Além disso, o uso do ar condicionado também pode deixar o ar do ambiente mais seco, favorecendo a irritação da garganta e o surgimento dos sintomas. O que fazer: o ideal é evitar o ar condicionado e a exposição a ambientes secos. Além disso, é aconselhado beber muita água. Outra medida, é usar um umidificador de ambiente, pois aumenta umidade do ar, reduzindo a secura e irritação na garganta. Veja como usar o umidificador corretamente. 3. Exposição a substâncias irritantes A exposição a substâncias irritantes, como a fumaça do cigarro ou poluição, podem provocar irritação na garganta e causar sintomas de coceira na garganta, tosse seca, sensação de garganta arranhando, ou até dor na garganta. Além disso, a irritação na garganta devido à exposição a substâncias irritantes, pode levar à inflamação da garganta e surgimento de pigarro, que é acúmulo de muco ou catarro na garganta. O que fazer: evite a exposição a substâncias que provoquem irritação na garganta é a medida mais eficaz. No caso do hábito de fumar, deve-se consultar o clínico geral que pode indicar medidas para parar de fumar ou remédios, como bupropiona ou vareniclina. Veja os principais remédios para parar de fumar. 4. Consumo excessivo de álcool ou cafeína A coceira na garganta e tosse também pode ser causada pelo consumo excessivo de bebidas alcoólicas ou cafeína, pois o álcool tem um efeito irritativo direto na garganta, além da cafeína poder causar irritação no estômago e relaxamento do esfíncter esofágico que pode levar a um refluxo do conteúdo do estômago até a boca. O que fazer: deve-se evitar o consumo frequente ou excessivo de bebidas alcoólicas ou cafeína. Além disso, no caso de alcoolismo, pode ser recomendado pelo psiquiatra, o uso de remédios, além de acompanhamento com psicólogo. Saiba como é feito o tratamento do alcoolismo. 5. Gripe e resfriado A gripe e o resfriado podem causar coceira na garganta, tosse, espirros e nariz escorrendo ou entupido, dor de garganta, febre e dor de cabeça e no corpo. A gripe e o resfriado acontecem devido a infecções por vírus, como influenza ou Rhinovírus, por exemplo, que podem entrar pelo nariz e chegar até a mucosa da garganta, provocando irritação e inflamação na garganta, resultando nos sintomas. O que fazer: deve-se manter o corpo hidratado, bebendo bastante líquido e fazer repouso. Além disso, o otorrinolaringologista pode recomendar o uso de remédios analgésicos, anti-inflamatórios ou descongestionantes, como paracetamol, ibuprofeno ou desloratadina, por exemplo, para ajudar a aliviar os sintomas. Saiba como diferenciar gripe de resfriado. 6. Faringite A faringite é uma inflamação na faringe, localizada na parte de trás da garganta, que pode ser provocada por vírus ou bactérias, causando dor de garganta, dificuldade para engolir e sensação de garganta coçando ou arranhando e tosse. Além disso, em alguns casos podem surgir outros sintomas como febre, dor de cabeça, mal estar geral e rouquidão. O que fazer: o tratamento da faringite varia de acordo com os sintomas e a causa, podendo ser indicado pelo otorrinolaringologista o uso de remédios analgésicos, anti-inflamatórios, ou uso de antibióticos para combater as bactérias. Além disso, é importante fazer repouso e beber bastante líquidos durante o tratamento. Confira os principais tratamentos para a faringite. 7. Sinusite A sinusite é uma inflamação dos seios nasais, que são pequenas cavidades que ficam no crânio, ao redor do nariz e dos olhos, geralmente provocada por doenças alérgicas ou infecções por vírus, fungos ou bactérias, causando acúmulo de catarro no nariz. O excesso de catarro no nariz pode levar ao surgimento de gotejamento pós-nasal, que é quando o catarro goteja pela garganta, causando tosse, inchaço, irritação ou coceira na garganta. O que fazer: o tratamento da sinusite geralmente é feito com remédios indicados pelo otorrinolaringologista como analgésicos, anti-inflamatórios, descongestionantes nasais ou antibióticos. Além disso, para complementar o tratamento médico, pode-se fazer a lavagem nasal com soro fisiológico, ou inalações para ajudar a fluidificar o catarro, facilitando sua eliminação e aliviando os sintomas. Assista o vídeo a seguir com o enfermeiro Manuel Reis com dicas de como fazer a lavagem nasal para sinusite: 8. Refluxo gastroesofágico O refluxo gastroesofágico é o retorno do conteúdo do estômago em direção à boca, causando irritação na garganta e sintomas como garganta coçando, tosse seca e sensação de garganta arranhando. Esses sintomas podem ser piores à noite, pois ao deitar não se tem a força da gravidade para ajudar o conteúdo gástrico a permanecer no estômago, causando seu retorno em direção à boca e irritação da garganta. Veja outras causas de tosse seca noturna. O que fazer: deve-se fazer o tratamento do refluxo gastroesofágico indicado pelo gastroenterologista com o uso de antiácidos, protetores gástricos ou aceleradores do esvaziamento gástrico, para evitar o retorno do ácido do estômago para a boca, aliviando os sintomas. Confira os principais remédios para o refluxo gastroesofágico. 9. COVID-19 A COVID-19 é uma infecção respiratória em que os primeiros sintomas que podem surgir são febre, cansaço excessivo, dor de garganta e tosse seca, que pode causar irritação na garganta e sensação de coceira na garganta. O que fazer: é importante que a pessoa fique em isolamento, e faça o teste de COVID-19, que pode ser o teste rápido, para confirmar a infecção, ou o exame de PCR indicado pelo clínico geral, que também pode recetar o uso de medicamentos que ajudam a aliviar os sintomas. Entenda como é feito o tratamento da COVID-19. 10. Doenças pulmonares Algumas doenças pulmonares, como pneumonia, bronquite, bronquiolite, DPOC ou tuberculose, podem causar coceira na garganta e tosse seca ou com catarro, além de falta de ar, dificuldade para respirar, febre ou dor no peito. O que fazer: deve-se consultar o pneumologista para fazer o diagnóstico da infecção respiratória e indicar o tratamento mais adequado específico para pneumonia, bronquite, bronquiolite, DPOC ou tuberculose. O repouso é essencial para permitir que o corpo se recupere, especialmente em casos de infecções virais. Além disso, umidificar o ambiente pode ajudar a manter as vias respiratórias úmidas e reduzir a irritação. O uso de pastilhas para a garganta ou xaropes também pode servir para aliviar os sintomas temporariamente. Como aliviar e tratar a coceira na garganta?Mantenha a garganta hidratada. ... Fique de olho na ventilação dos ambientes. ... Evite alimentos gordurosos. ... Rinite alérgica. ... Desidratação. ... Amígdalite ou resfriado. ... Refluxo laringofaríngeo. A coceira na garganta e tosse podem ser causadas por alergias respiratórias, gripes, resfriados, sinusite, exposição a substâncias irritantes, refluxo gastroesofágico ou COVID-19, que podem causar irritação ou inflamação na garganta, estimular a produção de muco e desencadear o reflexo da tosse. 8 estratégias para aliviar a dor de garganta/Falar menos. ... Tomar muita água. ... Evitar a friagem. ... Contar com o apoio de chás. ... Investigue a causa de dores frequentes. ... Evitar o contato com a fumaça do cigarro. ... Tirar alimentos do prato durante a crise. ... Usar pastilhas para a garganta. Para aliviar a dor de garganta, a Beba muitos líquidos. Parece um conselho relativamente trivial, mas a verdade é que a desidratação é uma das causas mais comuns de garganta irritada. ... Aposte nas pastilhas e rebuçados. ... Experimente própolis. ... Previnha o refluxo. ... Proteja a sua voz. Elabore Xarope: é um anti-histamínico leve que contém ebsantina, eficaz no tratamento de sintomas alérgicos, incluindo a irritação na garganta. Os remédios caseiros para coceira na pele, como tomar banho com água fria, aplicar compressa de gelo, passar hidratante corporal ou lavar a pele com chá de tançagem, por exemplo, ajudam a acalmar e hidratar a pele, reduzindo os sintomas de coceira, vermelhidão, irritação ou inchaço. As pastilhas Strepsils contém flurbiprofeno, que é um anti-inflamatório não esteroide que possui potentes propriedades analgésicas, antipruríticas e anti-inflamatórias. Por isso, estas pastilhas podem ser usadas para o alívio da dor, irritação e inflamação da garganta. Utilizar umidificadores de ar para hidratar as vias aéreas e reduzir a irritação; Manter a cabeça mais elevada que o corpo quando for se deitar, a fim de dificultar o acúmulo de secreção. Fazer gargarejos com água morna e sal podem aliviar a inflamação e limpar a garganta, enquanto tomar chás quentes, especialmente de ervas como camomila e gengibre, pode proporcionar alívio e hidratação. O repouso é essencial para permitir que o corpo se recupere, especialmente em casos de infecções virais. Remédios simples e caseiros - como beber água quente com suco de limão e mel, ou uma xícara de leite quente também com mel - podem oferecer a você uma sensação agradável e produzir um grande alívio. O mel possui um poder calmante e antitussígeno para as mucosas das vias respiratórias. Medicamentos Busca: Para Coceira xClob-X 0,5mg/g Galderma 30g Creme. ... Furoato de Mometasona 1mg/g Genérico Germed 20g Pomada. ... Colírio Lastacaft 2,5mg/ml Allergan 3ml. ... Cortipol 1mg/g Multilab 10g Creme. ... Furoato de Mometasona 1mg/g Genérico EMS 20g Creme. ... Furoato de Mometasona 1mg/g Genérico EMS 20g Pomada. Coceira na garganta pode indicar rinite e alergia Mudar a alimentação também é necessário quando a coceira é causada por refluxo. É importante evitar comer muito antes de dormir, principalmente pratos gordurosos e pesados. A profissional também aconselha evitar a permanência em locais com ar frio, seco e poluído. Os xaropes para tosse seca, como a dropropizina, a dexclorfeniramina ou o clobutinol + doxilamina, podem ajudar a aliviar a irritação na garganta ou vias aéreas, causada por alergias, gripes ou resfriados, por exemplo. O que fazer para aliviar a coceira na garganta?Hidrate-se: se possível, leve uma garrafinha de água com você e lembre-se de beber água ao longo do dia.Previna o refluxo. ... Proteja a sua voz. Elabore Xarope: é um anti-histamínico leve que contém ebsantina, eficaz no tratamento de sintomas alérgicos, incluindo a irritação na garganta. Os remédios caseiros para coceira na pele, como tomar banho com água fria, aplicar compressa de gelo, passar hidratante corporal ou lavar a pele com chá de tançagem, por exemplo, ajudam a acalmar e hidratar a pele, reduzindo os sintomas de coceira, vermelhidão, irritação ou inchaço. As pastilhas Strepsils contém flurbiprofeno, que é um anti-inflamatório não esteroide que possui potentes propriedades analgésicas, antipruríticas e anti-inflamatórias. Por isso, estas pastilhas podem ser usadas para o alívio da dor, irritação e inflamação da garganta. Utilizar umidificadores de ar para hidratar as vias aéreas e reduzir a irritação; Manter a cabeça mais elevada que o corpo quando for se deitar, a fim de dificultar o acúmulo de secreção. Fazer gargarejos com água morna e sal podem aliviar a inflamação e limpar a garganta, enquanto tomar chás quentes, especialmente de ervas como camomila e gengibre, pode proporcionar alívio e hidratação. O repouso é essencial para permitir que o corpo se recupere, especialmente em casos de infecções virais. Remédios simples e caseiros - como beber água quente com suco de limão e mel, ou uma xícara de leite quente também com mel - podem oferecer a você uma sensação agradável e produzir um grande alívio. O mel possui um poder calmante e antitussígeno para as mucosas das vias respiratórias. Medicamentos Busca: Para Coceira xClob-X 0,5mg/g Galderma 30g Creme. ... Furoato de Mometasona 1mg/g Genérico Germed 20g Pomada. ... Colírio Lastacaft 2,5mg/ml Allergan 3ml. ... Cortipol 1mg/g Multilab 10g Creme. ... Furoato de Mometasona 1mg/g Genérico EMS 20g Creme. ... Furoato de Mometasona 1mg/g Genérico EMS 20g Pomada. Coceira na garganta pode indicar rinite e alergia Mudar a alimentação também é necessário quando a coceira é causada por refluxo. É importante evitar comer muito antes de dormir, principalmente pratos gordurosos e pesados. A profissional também aconselha evitar a permanência em locais com ar frio, seco e poluído. Os xaropes para tosse seca, como a dropropizina, a dexclorfeniramina ou o clobutinol + doxilamina, podem ajudar a aliviar a irritação na garganta ou vias aéreas, causada por alergias, gripes ou resfriados, por exemplo. O que fazer para aliviar a coceira na garganta?Hidrate-se: se possível, leve uma garrafinha de água com você e lembre-se de beber água ao longo do dia.Previna o refluxo. ... Proteja a sua voz. Elabore Xarope: é um anti-histamínico leve que contém ebsantina, eficaz no tratamento de sintomas alérgicos, incluindo a irritação na garganta. Os remédios caseiros para coceira na pele, como tomar banho com água fria, aplicar compressa de gelo, passar hidratante corporal ou lavar a pele com chá de tançagem, por exemplo, ajudam a acalmar e hidratar a pele, reduzindo os sintomas de coceira, vermelhidão, irritação ou inchaço. As pastilhas Strepsils contém flurbiprofeno, que é um anti-inflamatório não esteroide que possui potentes propriedades analgésicas, antipruríticas e anti-inflamatórias. Por isso, estas pastilhas podem ser usadas para o alívio da dor, irritação e inflamação da garganta. Utilizar umidificadores de ar para hidratar as vias aéreas e reduzir a irritação; Manter a cabeça mais elevada que o corpo quando for se deitar, a fim de dificultar o acúmulo de secreção. Fazer gargarejos com água morna e sal podem aliviar a inflamação e limpar a garganta, enquanto tomar chás quentes, especialmente de ervas como camomila e gengibre, pode proporcionar alívio e hidratação. O repouso é essencial para permitir que o corpo se recupere, especialmente em casos de infecções virais. Além disso, umidificar o ambiente pode ajudar a manter as vias respiratórias úmidas e reduzir a irritação. O uso de pastilhas para a garganta ou xaropes também pode servir para aliviar os sintomas temporariamente. No entanto, se a coceira na garganta e a tosse forem causadas por uma infecção ou se os sintomas forem recorrentes, é fundamental procurar um médico. O profissional de saúde poderá diagnosticar a causa exata dos sintomas e prescrever o tratamento adequado, que pode incluir medicamentos como antibióticos ou anti-histamínicos. Os benefícios da telemedicina oferecem a conveniência de consultas médicas sem sair de casa, permitindo um atendimento rápido e eficaz, especialmente útil em situações em que é difícil ou não recomendado visitar um consultório médico presencialmente. Para descobrir a causa da tosse e da coceira na garganta, é essencial procurar um médico que possa realizar um diagnóstico preciso. Existem vários métodos que os profissionais de saúde, como os clínicos gerais, otorrinolaringologistas e alergologistas, podem utilizar para determinar a causa desses sintomas. Inicialmente, o médico fará uma anamnese detalhada, perguntando sobre seus sintomas, histórico médico, hábitos de vida e possíveis exposições a alérgenos ou irritantes. Dependendo dos sintomas, o médico pode solicitar testes adicionais, como exames de sangue para verificar infecções ou alergias, testes de função pulmonar para avaliar a capacidade respiratória, ou exames de imagem, como raios-x do tórax, para descartar problemas pulmonares. O Conexa Saúde oferece acesso a mais de 30 especialidades médicas, o que facilita a obtenção de um diagnóstico abrangente e integrado. Se o diagnóstico precisar de um exame presencial, os médicos da Conexa podem solicitar esses exames e orientar o paciente sobre onde realizá-los. Após a realização dos exames, o paciente pode retornar nas consultas online com médicos da Conexa para a avaliação dos resultados e acompanhamento contínuo, garantindo um tratamento correto e eficaz. Buscar um diagnóstico correto é o primeiro passo para iniciar o tratamento adequado e aliviar os sintomas de tosse e coceira na garganta. Com a conveniência da telemedicina, é possível obter atendimento médico de qualidade no conforto de sua casa, agilizando o processo de diagnóstico e tratamento. Créditos da imagem: twinstherphoto em iStock Revisado por:Thiago Lopes GenaroCRM-SP 151800. RQE 110709. Formado em Direito pela USP; Medicina pela FAMEDP; Psiquiatria pelo Instituto Bairral de Psiquiatria. Atual curador da especialidade de psiquiatria da Conexa Saúde.