

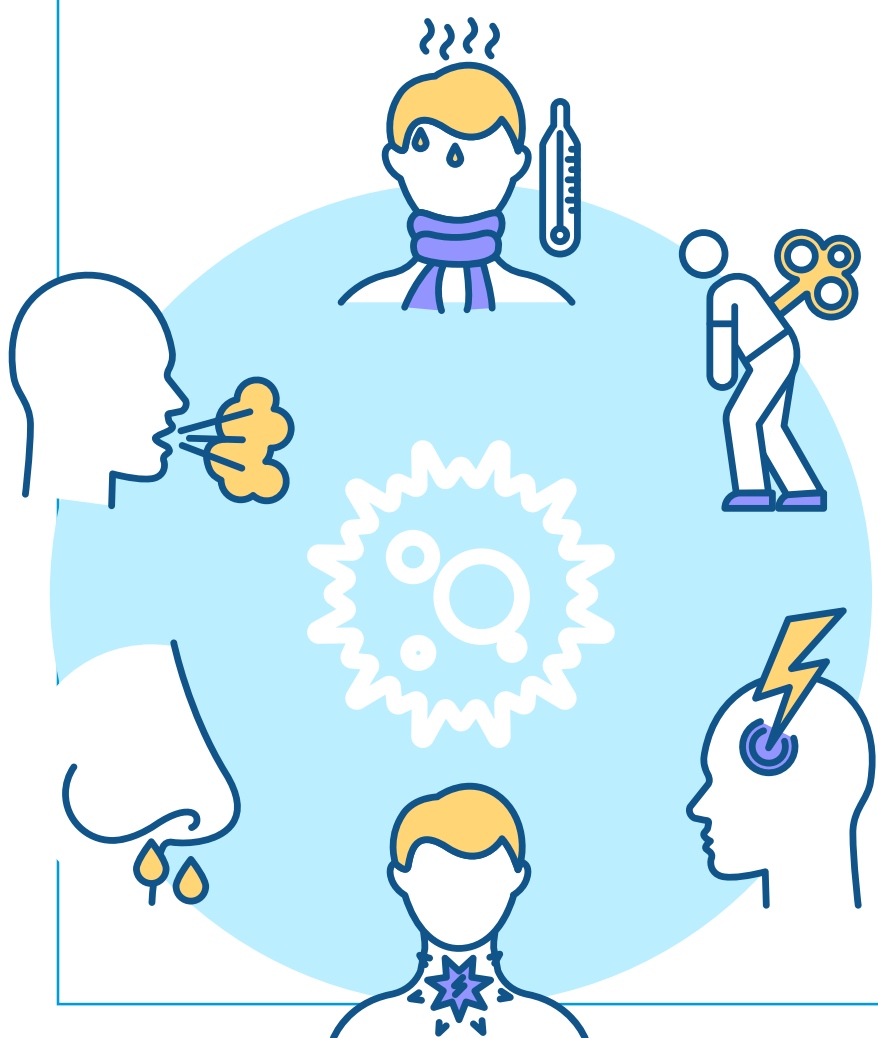
# Κρυολόγημα Γρίπη ή COVID-19;



## Κρυολόγημα

Τα τυπικά συμπτώματα εμφανίζονται σταδιακά

- Τα πιο συνηθισμένα συμπτώματα είναι: μούκωμα, φτέρνισμα και καταρροή. Μερικές φορές εμφανίζονται βήχας, ελαφρύς πονοκέφαλος και ήπιοι μυϊκοί πόνοι
- Τα συμπτώματα συνήθως διαρκούν **1 εβδομάδα** (γενικά είστε μεταδοτικοί τις 3 πρώτες ημέρες)
- Η επίσκεψη σε γιατρό δεν είναι απαραίτητη και μη συνταγογραφούμενα σκευάσματα από το φαρμακείο είναι γενικά αποτελεσματικά



## Γρίπη

Τα συμπτώματα συνήθως εμφανίζονται ξαφνικά και είναι έντονα και πιο σοβαρά από ότι σε ένα κρυολόγημα

- Τα πιο συνηθισμένα συμπτώματα είναι: **υψηλός πυρετός, πονοκέφαλος, σωματικοί πόνοι και κόπωση**. Κάποιες φορές είναι ξηρός βήχας, πονόλαιμος, καταρροή και μπουκωμένη μύτη
- Τα συμπτώματα γενικά βελτιώνονται σε **2-5 ημέρες** αλλά μπορεί να διαρκέσουν 1 εβδομάδα ή και περισσότερο
- Πρέπει να παραμείνετε σπίτι 24 ώρες μετά την πτώση του πυρετού για να μη μεταδώσετε τη γρίπη σε άλλους
- Η συνταγογράφηση αντι-ιικών φαρμάκων μπορεί να βοηθήσει στη μείωση της σοβαρότητας και της διάρκειας των συμπτωμάτων
- Μπορεί να εμφανιστούν επιπλοκές. Ζητήστε ιατρική βοήθεια αν πιστεύετε ότι τα συμπτώματα χειροτερεύουν ή έχετε άσθμα, διαβήτη ή είστε έγκυος

## COVID-19

Τα συμπτώματα μπορεί να εμφανιστούν από **2 έως 14 ημέρες** μετά την έκθεση στον COVID-19

- Τα συμπτώματα είναι συνήθως: πυρετός ή ρίγη, βήχας, δυσκολία στην αναπνοή, κόπωση, μυϊκοί ή σωματικοί πόνοι, πονοκέφαλος και πονόλαιμος. Μπορεί να είναι επίσης ναυτία, εμετός, διάρροια και απώλεια γεύσης ή όσφρησης
- Κάποιοι έχουν ελαφριά ή καθόλου συμπτώματα, ενώ άλλοι χρειάζονται νοσοκομειακή περίθαλψη
- Ακόμα και μετά την ανάρρωση από τον COVID-19 μπορεί τα συμπτώματα να επιμένουν για μακρύ χρονικό διάστημα
- Μπορεί να εμφανιστούν επιπλοκές. Ζητήστε ιατρική βοήθεια αν πιστεύετε ότι τα συμπτώματα χειροτερεύουν ή ανήκετε σε ομάδα υψηλού κινδύνου (π.χ. ηλικιωμένος ή ανοσοκατασταλμένος)