

Katar? To może być przewlekłe zapalenie zatok!

Masz nawracający zatkany nos, utrudniający oddychanie, katar, osłabienie? Wcale nie musi być to przeziębienie, tylko przewlekłe zapalenie zatok. **Chociaż objawy są podobne i łatwo je pomylić, istnieją kluczowe różnice.**

Alergia może wystąpić o każdej porze roku, a jej objawy wynikają z działania wielu alergenów, zarówno wewnątrz, jak i zewnątrz pomieszczeń. Gdy alergiczny nieżyt nosa wywołany jest przez alergeny zewnętrzne, np. pyłki drzew, traw, jest zazwyczaj określany jako katar sienny lub alergia sezonowa. Występuje ona w momencie, gdy nasz układ odpornościowy postrzega nieszkodliwe cząsteczki unoszące się w powietrzu jak wroga, powodując, że organizm uwalnia tzw. histaminy. Te z kolei wywołują reakcję alergiczną, objawiającą się katarem, zatkanym nosem, kichaniem czy kaszlem. **Nieleczona alergia może być przyczyną alergicznego zapalenia zatok, czyli przewlekłego zapalenia błony śluzowej nosa i zatok przynosowych.**

Podobieństwa i różnice

W celu odróżnienia przewlekłego zapalenia zatok od ostrego na tle wirusowym lub bakteryjnym musimy zwrócić uwagę na objawy oraz czas ich trwania.

Zapalenie zatok, tak jak w większość infekcji dróg oddechowych, może być wywołane przez wirusy, bakterie, grzyby i alergeny. Choć mogłoby się wydawać, że infekcyjne zapalenie zatok jest groźniejsze dla naszego organizmu, to jednak przewlekły stan zapalny, ze względu na czas trwania i możliwość nawracania oraz powikłań, może wyrządzić więcej szkód.

„W prawie wszystkich przypadkach, gdy mamy do czynienia z zapaleniem zatok, występują niedrożność nosa i katar. Objawy są podobne, jednak jest parę cech, dzięki którym możemy je odróżnić. Czas trwania objawów powyżej trzech miesięcy lub nawroty dolegliwości mimo prawidłowego leczenia powinny nas skłonić do wykonania badania endoskopowego zatok i ewentualnie dalszej diagnostyki obrazowej” – podkreśla dr n. med. Justyna Dąbrowska-Bień.

„Często przy stanach przewlekłych, na skutek nieleczonej infekcji lub alergii, zapaleniu zatok wcale nie musi towarzyszyć katar. Wtedy pacjent cierpi na tępe bóle głowy. U dzieci najczęstszą przyczyną przewlekłego zapalenia zatok jest przerośnięty migdałek gardłowy lub/i alergia” – dodaje specjalistka.

Jak odróżnić objawy przewlekłego zapalenia zatok od objawów wywołanych przez infekcję wirusową lub bakteryjną?

Przewlekłe zapalenie zatok	Ostre zapalenie zatok
Podobieństwa	
<ul style="list-style-type: none">• kaszel i ból gardła• ból głowy i zębów (zatok szczękowych)• osłabienie/brak węchu• swędzące, spuchnięte oczy• zmęczenie, złe samopoczucie• może dochodzić do zaostrzeń, stanów ropnych	
Różnice	

- trwa trzy miesiące lub dłużej
- katar lub zatłany nos lub spływanie wydzieliny do gardła
- brak podniesionej temperatury
- nie jest zaraźliwe
- utrzymuje się do tygodnia – dwóch
- gęsty, żółto-zielonkawy lub wodnisty katar
- stan podgorączkowy (wirusowe zapalenie) lub wysoka gorączka (bakteryjne zapalenie)
- jest zaraźliwe w przypadku infekcji wirusowej (zapalenie przeniesione drogą kropelkową)

Jak wygląda leczenie?

Leczenie zapalenia zatok, w zależności od przyczyny, ma pewne podobieństwa oraz różnice.

„W przypadku alergicznego zapalenia zatok zalecamy pacjentom leki przeciwhistaminowe, które mają za zadanie blokować odpowiedź organizmu, gdy napotka on alergen. Można także stosować krótkotrwałe krople, zmniejszające przekrwienie błony śluzowej. To powoduje głównie zredukowanie uporczywych dla pacjenta dolegliwości. Ważny jest także proces diagnostyczny. Należy wykonać testy alergiczne – badania krwi oraz testy skórne – aby zarówno poznać przyczynę, jak i móc unikać alergenu, który odpowiada za występowanie objawów. Warto także stronić od substancji drażniących drogi oddechowe, jak np. dym papierosowy” – podkreśla laryngolog.

Leki na alergię nie wyleczą infekcji zatok. W tej sytuacji, w zależności od stanu pacjenta, leczenie polega na zaleceniu przez lekarza antybiotyku i sterydów donosowych. Warto także zaopatrzyć się w leki przeciwbólowe i przeciwzapalne. W celu złagodzenia objawów pomogą nam również domowe metody.

„Trzeba podkreślić, że **nieleczone przewlekłe zapalenie zatok może być skutkiem różnych powikłań, dlatego warto udać się na konsultację lekarską do laryngologa.** Pomoże on zdiagnozować przyczynę, wykonując odpowiednie badania, np. rynoskopię przednią i endoskopię. W niektórych przypadkach zalecane jest również badanie tomografii komputerowej zatok. Dzięki wynikom jesteśmy w stanie zaplanować leczenie” – podsumowuje doktor Justyna Dąbrowska-Bień.

Domowe sposoby na zapalenie zatok

1. Pij dużo płynów, aby rozrzedzić śluz.
2. Kilka razy dziennie wykonuj nebulizacje lub inhalacje z roztworem soli fizjologicznej.
3. Staraj się dużo wypoczywać.
4. Nawilżaj powietrze, którym oddychasz.

Informacje o ekspercie

dr n. med. Justyna Dąbrowska-Bień – otolaryngolog, chirurg głowy i szyi. Zajmuje się rynchologią i rynchirurgią, czyli leczeniem chorób nosa i zatok u dzieci i dorosłych. Leczy dzieci od 6. miesiąca życia z chorobami uszu, niedosłuchem, chrapaniem, czy bezdechami. Zajmuje się również chorobami gruczołów ślinowych. Jej praca doktorska dotyczyła badania drożności nosa i satysfakcji pacjentów po operacji przegrody nosa (septoplastyka). Główny obszar jej działalności naukowej to praca kliniczna w zakresie rynchologii i rynchirurgii. Jest autorem i współautorem 16 publikacji w czasopiśmie krajowych i zagranicznych oraz 40 doniesień kongresowych – międzynarodowych i krajowych.

Informacje o Szpitalu Optimum

Szpital Optimum to nowoczesna placówka medyczna świadcząca usługi z zakresu laryngologii. Kompleksowo rozwiązujemy wszystkie problemy związane z górnymi drogami oddechowymi i narządami głowy i szyi. Nasz zespół tworzą również lekarze takich specjalności, jak: otolaryngologia, audiologia i foniatryka, alergologia. Poza wiedzą i doświadczeniem naszego zespołu zapewniamy dostęp do najnowszych zdobyczy techniki medycznej oraz innowacyjnych metod diagnostyczno-terapeutycznych.

Szpital Optimum jest częścią Grupy LUX MED – lidera rynku prywatnych usług medycznych w Polsce.

Więcej informacji o Szpitalu Optimum można znaleźć na optimum.pl.