lek. med. Janusz Gągała

specjalista chorób wewnętrznych

NZOZ "MEDIVITA" s.c.
Poradnia POZ
ul. Warszawska 100
08-500 Ryki
tel. 81 866 79 30

1180854
kod: S58J9E85K5DK

ZALECENIA LEKARSKIE:

choroby dróg oddechowych

Zapalenie zatok

Co to jest zapalenie zatok i jakie są jego przyczyny?

Zapalenie zatok to stan zapalny błony śluzowej jamy nosowej i zatok przynosowych. Wypełnione powietrzem jamy zatok przynosowych są zazwyczaj jałowe (pozbawione drobnoustrojów). Znajdujące się w nich tzw. komórki kubkowe wydzielają śluz, który z pomocą rzęsek nabłonka przemieszcza się w kierunku ujść zatok. Obrzęk błony śluzowej nosa w przebiegu alergii, zakażenia czy zmian anatomicznych (np. skrzywienia przegrody nosowej) blokuje te ujścia. Wydzielina zalega wówczas w zatokach, co sprzyja namnażaniu się drobnoustrojów (głównie bakterii beztlenowych) i rozwojowi stanu zapalnego. Częste nawroty ostrego zapalenia zatok prowadzą do uszkodzenia rzęsek oraz nasilania się obrzęku i przerostu błony śluzowej zatok. Następuje „błędne koło" zmian, a w konsekwencji rozwija się przewlekłe zapalenie zatok.

Wyróżnia się zapalenie zatok:

- ostre, trwające <12 tygodni, którego objawy ustępują całkowicie
- przewlekłe, trwające >12 tygodni, którego objawy nie ustępują całkowicie.

Jeśli ostre zapalenie zatok ustępuje po niespełna 5 dniach, można mówić o „przeziębieniu" wywołanym wirusami. Jeżeli jednak objawy zapalenia nasilają się lub utrzymują dłużej niż 10 dni, to znaczy, że przyczyną choroby jest prawdopodobnie zakażenie bakteryjne.

Zapalenie zatok należy do najczęstszych chorób przewlekłych. U części chorych mogą się wytworzyć okrągłe lub owalne przerosty błony śluzowej nosa, zwane polipami, które mają skłonność do ponownego pojawiania się nawet po chirurgicznym usunięciu.

Jakie są główne objawy zapalenia zatok?

- zatkanie nosa (czasem odczuwane jako niemożność oczyszczenia nosa z wydzieliny)
- katar lub ściekanie wydzieliny z nosa do gardła
- zaburzenia węchu (zwłaszcza niewyczuwanie zapachu kawy lub wanilii)
- ból twarzy.

Niekiedy tym objawom towarzyszą: drapanie w gardle, chrypka, uporczywy kaszel, ból głowy, gardła oraz ucha.

W ostrym zapaleniu pojawia się gorączka lub stan podgorączkowy.

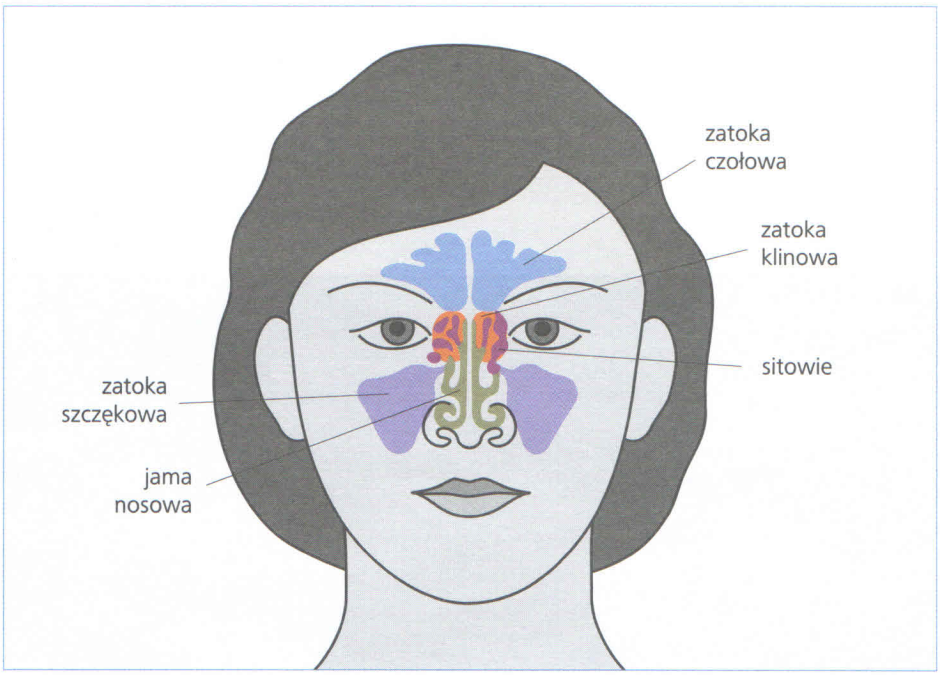
Jak lekarz ustala rozpoznanie?

Rozpoznanie zapalenia zatok opiera się na stwierdzeniu charakterystycznych objawów klinicznych. Lekarz wykonuje badanie rynoskopowe (lub niekiedy endoskopowe) i za pomocą specjalnego wziernika ocenia wnętrze nosa i zatok. W niektórych wypadkach niezbędne jest wykonanie tomografii komputerowej zatok, badań laboratoryjnych lub mikrobiologicznych.

Zasady postępowania u dorosłych chorych na ostre zapalenie zatok

1) Na ostre zapalenie zatok może wskazywać nagłe pojawienie się zatkania nosa lub wydzieliny z nosa, którym może towarzyszyć ból lub rozpieranie w okolicy twarzy oraz osłabienie węchu.

2) Jeśli objawy są łagodne i objawy trwają mniej niż 5 dni – leczenie jest takie, jak w przypadku przeziębienia



Ryc. Zatoki przynosowe

(m.in. odpoczynek, duża ilość płynów, leki przeciwzapalne i przeciwbólowe, obkurczające naczynia nosa).

3) Jeśli objawy są umiarkowanie nasilone, lekarz może dołączyć glikokortykosteroid donosowy.

4) Bardzo silne objawy trwające ponad 5 dni lub silny ból głowy i gorączka >38°C wskazują dodatkowo na potrzebę zastosowania antybiotyku.

Leczenie zapalenia zatok

Postępowanie w ostrym zapaleniu zatok zależy od czasu trwania i nasilenia ciężkości objawów.

Obecnie w terapii zapalenia zatok podkreśla się rolę **glikokortykosteroidów stosowanych donosowo**. Nie należy ich mylić z glikokortykosteroidami doustnymi, które mogą wywoływać liczne działania uboczne. Nowoczesne glikokortykosteroidy donosowe minimalnie wchłaniają się do krwi – działają jedynie w obrębie nosa.

Glikokortykosteroidy donosowe to obecnie najważniejsze leki w terapii przewlekłego zapalenia zatok, zaleca się je nawet w cięższych postaciach ostrego zapalenia zatok.

Antybiotyki stosuje się rzadziej i jedynie w ściśle określonych wskazaniach:

- utrzymywanie się objawów >10 dni
- ciężki przebieg zapalenia
- wystąpienie powikłań.

Trzeba pamiętać, że około 90% zapaleń zatok wywołują wirusy, na które antybiotyki nie działają.

Donosowe leki obkurczające naczynia błony śluzowej nosa przynoszą ulgę, „odtykają" nos, ale stosowane dłużej niż 5–7 dni mogą paradoksalnie działać przeciwnie, powiększając dyskomfort chorego.

Doustne leki obkurczające naczynia błony śluzowej nosa (np. pseudoefedryna) nie powodują „przyzwyczajenia", tak jak leki donosowe. Skutecznie odtykają nos – często dodaje się je do złożonych preparatów zawierających np. lek przeciwbólowy lub przeciwhistaminowy. Są jednak przeciwwskazane w wielu chorobach, m.in. w nadciśnieniu tętniczym.

Leki przeciwhistaminowe należy stosować jedynie u chorych z towarzyszącą alergią.

Leki rozrzedzające wydzielinę mogą być czasem skuteczne.

Godne polecenia jest coroczne **szczepienie przeciw grypie** (o wskazaniach do szczepienia w Twoim konkretnym przypadku powinien zdecydować lekarz).

Niekiedy pomimo intensywnego leczenia chorzy muszą przejść specjalistyczne operacje laryngologiczne.

Kiedy się zgłosić do lekarza?

Osoby chore na ostre zapalenie zatok zazwyczaj same sięgają po dostępne bez recepty leki przeciwbólowe i przeciwzapalne w celu zmniejszenia bólu czy gorączki. Taka forma leczenia jest jednak mało skuteczna w przypadku bardziej nasilonych objawów ostrego czy przewlekłego zapalenia zatok.

Samoleczenie może być nieskuteczne!

Wizyta u lekarza jest konieczna, jeśli zaobserwujesz:

- uporczywe zatkanie nosa
- katar (w tym zarówno wyciek z nosa, jak i ściekanie wydzieliny z nosa do gardła)
- zaburzenia węchu
- ból twarzy.

Przyczyną tych objawów może być zapalenie zatok.

W razie wystąpienia silnego bólu głowy czy gorączki >38°C jak najszybciej zgłoś się do lekarza, ponieważ takie objawy wskazują na konieczność zastosowania antybiotyku.

Wskazania do konsultacji laryngologicznej

- brak poprawy mimo leczenia
- podejrzenie powikłań
- przewlekłe zapalenie zatok
- nieprawidłowości anatomiczne (np. skrzywienia przegrody nosa)
- konieczność nakłucia zatoki

Kiedy wizyta u lekarza jest nagląca?

- obrzęk powiek
- podwójne widzenie
- wymioty
- bóle głowy i niemożność zgięcia karku
- inne (zobacz na: www.mp.pl)

Takie objawy mogą zwiastować groźne powikłania ze strony oczu oraz układu nerwowego i wymagają przyjęcia do szpitala.

Zapamiętaj

1) Uczucie zatkania nosa i wydzielina w nosie są głównymi objawami zapalenia zatok.

2) Ostre zapalenie zatok rozpoznaje się, kiedy choroba trwa krócej niż 12 tygodni, a przewlekłe – gdy trwa dłużej.

3) Zapalenie zatok należy do najczęstszych chorób ostrych i przewlekłych.

4) Jeśli objawy trwają krócej niż 5 dni, to zwykle choroba jest wywołana przez wirusy (tzw. „przeziębienie").

5) U większości chorych na zapalenie zatok nie ma potrzeby zastosowania antybiotyków (wystarczają: odpoczynek, duża ilość płynów, leki przeciwzapalne i przeciwbólowe, obkurczające naczynia nosa, w bardziej nasilonych przypadkach – glikokortykosteroid donosowy).

6) Objawy ze strony oczu lub układu nerwowego wymagają pilnej konsultacji lekarskiej!

Więcej na www.mp.pl

Wraz z Twoim lekarzem zapraszamy do portalu Medycyny Praktycznej **mp.pl**, gdzie znajdziesz popularnonaukowe informacje przygotowane dla pacjentów przez najwybitniejszych ekspertów z całej Polski, dowiesz się więcej o swoich lekach, wymienisz opinie z innymi chorymi, będziesz mógł zamieścić podziękowania dla swojego lekarza.
Medycyna Praktyczna, instytucja założona przez lekarzy w 1990 roku, jest wiodącym wydawcą literatury fachowej i centrum szkolenia lekarzy. 99% lekarzy wykorzystuje publikacje MP przy podejmowaniu decyzji diagnostycznych i terapeutycznych.
Materiał opublikowany na niniejszej karcie ma charakter edukacyjny i zawiera ogólne wiadomości o chorobie oraz postępowaniu w niej. Nie stanowi on porady lekarskiej, opinii, orzeczenia lub informacji o stanie zdrowia określonego pacjenta w rozumieniu Ustawy z dnia 5 grudnia 1996 r. o zawodach lekarza i lekarza dentysty.
Materiał reklamowy opublikowany na niniejszej karcie nie stanowi zalecenia lub poparcia jakiegokolwiek produktu przez lekarza korzystającego z karty.

Autor: dr n. med. Monika Świerczyńska-Krępa

medycyna praktyczna

REKLAMA
NUROFEN®
ZATOKI
PL/2011-10/15