



УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ
ГУЗОТ «ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

ЛЕКЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ

«Гайморит и его профилактика»

для населения



Липецк 2016

СОГЛАСОВАНО

Главный специалист
отоларинголог управления
здравоохранения Липецкой области

_____ А. В. Трегубов

« _____ » _____ 2016 г.

СОГЛАСОВАНО

Главный специалист
по профилактической медицине
управления здравоохранения
Липецкой области

_____ В. П. Кострова

« _____ » _____ 2016 г.

Когда возникает постоянная заложенность носа, из него сочится желтоватая слизь, появляются кашель и усталость, многие люди «списывают» данные неприятности на насморк. Они начинают принимать лекарства от насморка, чтобы поскорее выздороветь, но это не помогает. Следом начинается ужасная головная боль и тогда больной, наконец, обращается к врачу. Тот, выслушав историю симптомов и изучив лицо и лоб пациента, скорее всего, вынесет вердикт — гайморит (синусит).

Насморк — это один из симптомов гайморита. Но при этом обычный насморк может перейти в синусит, если его не лечить. Вот почему следует соблюдать правила профилактики гайморита при насморке.

Прежде всего, давайте рассмотрим, как нос связан с гайморитом. Нос — это наша первичная система обороны организма от микробов. Крошечные волоски и слизь, которая выстилает носовые проходы, отфильтровывают пыль, микробы и другие частицы, которые могли бы раздражать легкие и сделать нас больными. Носовые ходы также греют и увлажняют воздух, которым мы дышим.

Зимой воздух становится сухим. Носовые ходы высыхают, и нос уже не может так хорошо выполнять свою работу по защите нас от микробов. Когда вирус, вызывающий простуду, перемещается в пазухи (полые области в пределах лобных костей, которые связаны с носовыми ходами) развивается гайморит.

Давайте рассмотрим факторы, предрасполагающие к возникновению гайморита:

1. **Состояния, нарушающие носовое дыхание:** искривление носовой перегородки, вазомоторный ринит, гипертрофический ринит (увеличение носовых раковин), у детей - аденоиды, аллергические заболевания носа.
2. **Нарушения иммунитета,** к которым приводят длительные хронические заболевания, паразитозы, аллергические состояния и др.
3. **Несвоевременное или неправильное лечение обычной простуды, ОРЗ, ринита,** что вызывает в качестве осложнения гайморит.
4. **Бактерионосительство.** Многим из Вас знакома процедура мед.осмотра, когда врачи берут мазки из носа на бактериологические посевы. Зачастую у пациента обнаруживают так называемый стафилококк, который длительное время живет в носоглотке человека. Последний же если бы не проходил обследование - не узнал бы, что он - бактерионоситель. Длительное время эти бактерии могут не приносить серьезного ущерба для здоровья. но даже при обычной простуде стафилококк может активироваться и проявить свои патогенные свойства.
5. **Врожденные нарушения развития анатомических структур полости носа.**

Явными симптомами гайморита являются:

- Сильный насморк. Характер насморка может изменяться, особенно когда в пазухе образуется гной. Ощущение заложенности носа проходит, но появляются обильные выделения, иногда с неприятным запахом. Нередко преобладают выделения из одной ноздри.

Хронический гайморит: основные симптомы и методы лечения:

- Недомогание - выражается утомляемостью, слабостью, отсутствием аппетита и нарушением сна. Иногда встречается светобоязнь, слезотечение на стороне поражения, понижение обоняния.

- Температура. Обычно этот симптом наблюдается при остром гайморите. При хроническом процессе температура тела повышается редко.

- Головная боль и боль в области лица. Отличительная особенность головной боли при гайморите в том, что она усиливается во второй половине дня, когда отек слизистой носа и накопление гноя в гайморовых пазухах нарастают.

Иногда к вечеру голова болит так сильно, что без приема анальгетиков не получается заснуть. Бывает, что боль усиливается, если голову наклонить вперед. Также нарастает неприятное ощущение тяжести в лице, особенно в щеках, в носу.

Гайморит в большинстве случаев сопровождается обильными выделениями из носовых пазух (очень редко данное заболевание протекает без внешних признаков). Это объясняется тем, что на фоне сильного воспалительного процесса в гайморовых пазухах происходит сильное скопление соплей, в которые на более поздних стадиях течения болезни примешивается гной или кровяные сгустки.

На каждой стадии гайморита изменяется цвет выделений из носа, благодаря чему специалисты, при проведении диагностических мероприятий с высокой точностью могут определить фазу заболевания и назначить правильное и эффективное лечение. Цвет и их консистенция позволяют определить форму и порядок воспалительного процесса, который развивается в гайморовых пазухах.

В настоящее время различают три основных оттенка выделений из носа, появляющихся на фоне развития гайморита:

- белый цвет;
- жёлто-зелёный цвет;
- зелёный цвет.

Появление белых выделений из носа наблюдается при начальной стадии развития гайморита. Слизистые выделения белого цвета, густой консистенции, могут свидетельствовать о начале стадии выздоровления пациента. Выделения из носа зелёного цвета свидетельствуют о сильном воспалительном процессе в

гайморовых пазухах. При появлении у зелёных жёлтого оттенка можно с уверенностью утверждать, что гайморит находится в острой форме течения заболевания и требует срочного вмешательства специалистов. Жёлтый оттенок является признаком появления частиц гноя.

Самая тяжёлая форма гайморита сопровождается выделениями из носа, в которых присутствуют кровяные прожилки и небольшие сгустки. Больному необходима экстренная медицинская помощь, чтобы избежать неприятных последствий и осложнений, которые могут развиваться при несвоевременно проведённом медикаментозном лечении тяжёлой формы гайморита.

При прогрессировании гайморита у некоторых пациентов может периодически идти из носа кровь. Этот феномен можно объяснить передозировкой капель от ринита, либо полученной ранее травмы, при которой была повреждена носовая перегородка. Носовые кровотечения также могут свидетельствовать о патологических изменениях в слизистой и тканях гайморовых пазух, которые произошли на фоне прогрессирования гайморита.

Современной медицине известны следующие виды гайморита:

1. Одонтогенный.
2. Аллергический.
3. Хронический.
4. Полипозный.
5. Гнойный.
6. Двусторонний;
7. Острый.
8. Катаральный.

Катаральный гайморит

При катаральном гайморите у больных воспаляется слизистая оболочка гайморовых пазух. Часто в носовой полости наблюдается отёчность и покраснение. В большинстве случаев данное заболевание встречается у пациентов младшего и школьного возраста.

Причинами развития катарального гайморита являются:

- перенесённые на ногах вирусные инфекции;
- плохо пролеченный грипп;
- механическое воздействие на слизистую носа;
- насморк, возникающий на фоне аллергических реакций и т. д.

Развитие катарального гайморита может сопровождаться определённой симптоматикой:

- отсутствием аппетита;
- повышением температуры;

- вялостью и общей слабостью;
- ухудшением самочувствия;
- появлением интоксикации организма;
- снижением работоспособности и т. д.

Двусторонний гайморит

При возникновении осложнений на фоне воспаления слизистой оболочки гайморовых пазух часто развивается двусторонний гайморит. Болезнь часто протекает в острой форме, а после неэффективного лечения переходит в хроническую стадию.

У большинства пациентов, которым был диагностирован двусторонний гайморит, наблюдались:

- повышенная отёчность в области расположения гайморовых пазух;
- сильные выделения слизи из носа;
- заложенность носа;
- повышение температуры;
- повышенное слезотечение;
- интоксикация организма;
- апатия, вялость, нарушение сна и т. д.

Двусторонний гайморит считается довольно редким заболеванием, которое имеет ярко выраженную клиническую картину и протекающее в более тяжёлой форме. Причиной развития этой болезни могут стать любые воспалительные или инфекционные заболевания. При проведении диагностических мероприятий специалисты пальпируют область гайморовых пазух, вызывая при этом болевые ощущения у пациентов. При лечении двустороннего гайморита больным назначается комплексное медикаментозное и физиотерапевтическое лечение.

Полипозный гайморит

Данное заболевание широко распространено среди разновозрастной аудитории пациентов. Полипозный гайморит не поддаётся медикаментозному лечению. Справиться с болезнью можно только при помощи хирургического вмешательства. Полипозный гайморит развивается на фоне: острого течения различных аллергических заболеваний; врождённых или приобретённых аномалий носовой перегородки; воспалительных процессов, прогрессирующих в носовых пазухах.

Проявление этой формы гайморита начинается с возникновения проблем с носовым дыханием. Пациенты начинают дышать ртом, так как их носовые полости заложены. Полипозный гайморит часто сопровождается обильными выделениями слизи (прозрачной или жёлто-зелёной) из носа. Многие больные

жалуются на притупление вкусовых рецепторов, отсутствие аппетита, рассеянность, головные боли и т. д.

Лечение полипозного гайморита проводится в условиях стационара. Больного переводят в операционную и хирургическим способом удаляют разросшиеся ткани, которые мешают нормальному носовому дыханию. Маленькие полипы некоторые специалисты пытаются лечить медикаментозно, назначая своим пациентам стероиды, антибиотики, антигистаминные препараты и т. д. Такая терапия только в единичных случаях приносит положительный результат, так как нужный эффект достигается только при хирургическом лечении.

Аллергический гайморит

Аллергическая форма гайморита может развиваться на фоне любого внешнего фактора, агрессивно влияющего на слизистую гайморовых пазух. Организм, при воздействии аллергена, начинает показывать ответную реакцию, которая проявляется в усиленном слёзоотделении, выведении слизи из носовых пазух, отёчности и т. д. В большинстве случаев эта форма болезни прогрессирует весной и осенью.

При аллергическом гайморите у больных наблюдается следующая симптоматика:

- повышение температуры;
- заложенность носа;
- появление болевых ощущений в области глазных яблок, скул;
- слабость;
- головные боли и т. д.

При аллергическом гайморите у некоторых пациентов отмечались осложнения, которые в большинстве случаев вызваны разрастанием полипов в носу. Такие наросты мешают нормальному носовому дыханию, поэтому подлежат хирургическому лечению. Традиционное медикаментозное и физиотерапевтическое лечение не приносит в этом случае положительного результата.

Больным в первую очередь необходимо определить происхождение аллергена, который вызвал развитие гайморита. При его обнаружении следует в срочном порядке ограничить с ним любые контакты. Желательно пройти комплексное обследование, которое позволит выявить, на какие именно аллергены реагирует организм больного. После прохождения курса антиаллергической терапии, пациентам назначаются специальные препараты для повышения иммунитета.

На стадии выздоровления больным необходимо восстановить носовое дыхание, делая специальные упражнения. Правильное питание (в большинстве

случаев назначается специальная диета) и полный отказ от вредных привычек поспособствует скорейшему восстановлению работы многих внутренних органов и систем. При аллергическом гайморите пациентам очень полезны длительные прогулки в хвойных лесах, воздух которых обладает целебными свойствами и идеально подходит для людей, у которых выявлены проблемы с бронхолёгочной системой и дыхательными путями.

Гнойный гайморит

Гнойный гайморит часто развивается на фоне перенесённых пациентами инфекционных, вирусных и простудных заболеваний, которые своевременно не были пролечены. В большинстве случаев эта форма заболевания диагностируется больным, которые при проявлении симптоматики гайморита пренебрегли качественной медицинской помощью, а вместо этого занимались самолечением.

Главными причинами развития гнойного гайморита являются вредные микроорганизмы и бактерии, продукты жизнедеятельности которых и провоцируют появление воспалений и скопление гнойных отложений в гайморовых пазухах. В запущенной стадии данное заболевание может поражать костные ткани и близко расположенные органы. Чтобы не допустить появления гнойного гайморита необходимо при первых проявлениях заболевания обратиться к участковому врачу, который после проведённого осмотра направит пациента к узкопрофильному специалисту.

Острый гайморит и хронический гайморит

Чаще всего лечится при помощи обычной фармакотерапии, которую врач подбирает на консультации. Промывания придаточных пазух носа (без прокола) проводят только при выраженном болевом синдроме или обильном выделении гноя. Лазерная терапия проводится с целью устранения последствий воспаления и усиления эффекта от лечения лекарствами. В ряде случаев (например, при тяжёлом течении заболевания) лечение у оториноларинголога целесообразно сочетать с иглорефлексотерапией и приемом биологически активных добавок. Полностью курс лечения острого процесса занимает в зависимости от тяжести от двух недель до двух месяцев.

Лечение острого гайморита складывается из усиленной антибиотикотерапии, дачи сульфаниламидных препаратов, использования сосудосуживающих средств, применения физиотерапевтических методов (электрофорез лекарственных средств, лампа соллюкс, УВЧ, микроволновая терапия, ультразвук, ингаляции и др.).

Особенно эффективны промывания верхнечелюстных пазух после прокола. Для промываний используются изотонический раствор хлористого натрия, растворы фурациллина, борной кислоты, нитрата серебра, калия перманганата и пр. После промываний в пазухи вводятся растворы некоторых антибактериальных средств и ферментных препаратов. В комплексе все эти мероприятия приводят к выздоровлению, и прогноз благоприятный. В будущем всякий раз при рините, при гриппе - даже если нет подозрения на развитие гайморита, - нужно (с профилактической целью) прогревать места проекций придаточных пазух. И не менее важно: избегать холодного ветра в лицо.

Если при хроническом гайморите консервативное лечение не приводит к успеху, прибегают к помощи хирургии.

Так ли страшен прокол?

Пункции многие больные боятся – из-за элементарного незнания и страха боли. Между тем, это довольно эффективная процедура, которая не требует специальной подготовки и является распространенным способом лечения гайморита. Врач берет тонкий шпатель, на конце которого имеется ватка, пропитанная раствором лидокаина, и вставляет глубоко в ноздрю, для того чтобы обезболить место для протяжки. Затем большой стерильной иглой доктор прокалывает кости между носовой перегородкой и верхнечелюстной пазухой. Эта процедура проводится под местной анестезией. Игла не удаляется, врач вставляет в неё шприц и извлекает содержимое пазухи. Опустошение носовых пазух, как правило, приносит больному большое облегчение. Вместо гноя пазухи наполняются физиологическим раствором. Если лечение началось вовремя и случай не запущенный, гайморит легко излечивается в течение недели после пункции. Но хронический гайморит может потребовать более длительного лечения и даже более сложной операции.

Целебный лазер

Конечно, в начальной фазе лечения гайморитов используются антибиотики, антибактериальные препараты, промывание антисептическими соединениями в сочетании с физиотерапией. Это часто дает положительный результат. Однако более запущенные формы гайморита труднее поддаются лечению, которое еще совсем недавно состояло только в откачивании гноя из гайморовых пазух. Сегодня таких пугающих процедур, как пункция, можно избежать с помощью лазерной терапии. Она является распространенным способом лечения гайморита во многих клиниках.

Отличие данного метода от лечения с помощью прокола в том, что лазер позволяет добиться положительных результатов в короткие сроки, обеспечивая

при этом стерильность всех процедур и полное уничтожение патогенной микрофлоры в носовых пазухах. А самое главное – лазерное лечение гайморита приносит минимальный дискомфорт от процедуры.

Лечение заключается в кратковременном воздействии лазером на пораженный участок. Устраняются отеки и воспаления, и к тому же под действием лазерного облучения не образуются рубцы. Вот основные плюсы лазерной терапии:

- * Лазер обладает противовоспалительным эффектом.
- * Воздействие лазера является безболезненной процедурой.
- * Лазерная терапия не может вызвать аллергическую реакцию.
- * Уничтожение вирусов происходит эффективно.
- * Операция вредит иммунной системе пациента.

Выбирая данный метод лечения, следует обязательно проконсультироваться с лечащим врачом и пройти обследование, чтобы понять в какой стадии находится болезнь, и какой метод будет наиболее целесообразен.

Да здравствует профилактика!

Основной опасностью гайморита является его близость к мозгу. Запущенное заболевание становится причиной фронтита и менингита, которые могут угрожать жизни. Лечить гайморит сложно, тем более что официальная медицина и народные рецепты постоянно спорят друг с другом. Поэтому профилактика – лучший способ избежать этого неприятного заболевания.

Так как гайморитом люди болеют в основном в холодное время года, в основе профилактики лежит укрепление иммунитета. Пропейте витаминный курс, налегайте на овощи и фрукты. Если погода особенно изменчива, всегда следите за своей одеждой и выбирайте соответствующую, дабы не переохладиться.

При обычном насморке старайтесь использовать масляные препараты, а от сосудосуживающих лучше отказаться. Дело в том, что они снимают заложенность носа и устраняют излишние выделения, но через несколько дней применения способны атрофировать слизистую выстилку носа, которая задерживает инфекции. Именно поэтому с их «помощью» обыкновенный насморк может превратиться в гайморит.

Помните: профилактика гайморита – лучший способ избежать этого заболевания.

Будьте здоровы!

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Цыганов А.И. Гайморит, Том 2, К., 1978, с. 454
2. Воячек В. И. Основы оториноларингологии / В. И. Воячек. – Л., 1937. – 359 с.
3. Лихачев А. Воспалительные заболевания придаточных пазух носа // Руководство по оториноларингологии, Т.4, М., 1963
4. Аденоиды / В. Р. Чистякова // Оториноларингология : национальное руководство / ред. В. Т. Пальчун. – М., 2008. – С. 705-715.

Подготовила:

Жукова О.А. – специалист организационно-методического отдела ГУЗОТ «Центр медицинской профилактики».