

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Sayedati
DATE:	2-January-2016
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	30,000
TITLE :	Six uncommon causes of chronic nasal congestion
PAGE:	96 , 97
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

PRESS CLIPPING SHEET

صحة | Health

6 أسباب غير شائعة لاحتقان الأنف المزمن

في الوقت الذي ترجع فيه أسباب احتقان الأنف المعروفة إلى نزلات البرد والحساسية ضد غبار الطالع أو وبر الحيوانات الأليفة، تتكاثر الشكاوى من الحالة في صفوف من لا يعانون من الأسباب المذكورة! لذا، يلفت الأطباء إلى الآتي، عندما يصعب التنفس: «

بيروت | سيدتي

**STOP
STUFFY NOSE**

96 | sayidati.net | سيدتي

PRESS CLIPPING SHEET

1 «التهاب الأنف اللارجي»، حالة تضيق حيوات حوالي ثلث الأفراد الشاكين من تهيج غشاء الأنف! إذا جاءت نتيجة فحص الحساسية سلبية، فقد يكون هذا ما تعانيين منه. من أنواع «التهاب الأنف اللارجي»: التهاب الأنف الحركي الوعائي، الحالة التي تحدث عندما يتهيج الجسم من أمر ما، مثل: دخان السجائر أو رائحة العطر، أو الهواء الجاف. وللتقليل من درجات الحرارة دور أيضاً، في هذا المجال. لعل الخطوة الأولى في علاج الحالة تتمثل في معرفة السبب، من ثم تجنبه بقدر الإمكان. وإن لم يحصل المصاب على النتائج المرجوة، يمكنه استشارة طبيبه في شأن استخدام مزيل الاحتقان أو رذاذ الأنف الذي يحوي مضادات «الهيستامين» أو «الكورتيكوستيرويد».

2 الحمل، يترافق مع تغيرات هرمونية، بالإضافة إلى زيادة الدورة الدموية في أنحاء الجسم. كما تؤثر أغشية الأنف، ما يجعل عملية التنفس تصعب، حتى لو لم يشك المريض من أي علة! لتجاوز الحالة، يمكن تشغيل جهاز ضبط الرطوبة في الهواء، وشرب الكثير من السوائل، واستخدام رذاذ ملحي للأنف. معلوم، أن الحامل لا تلجأ إلى أي مستحضر طبي، قبل مراجعة طبيبها.

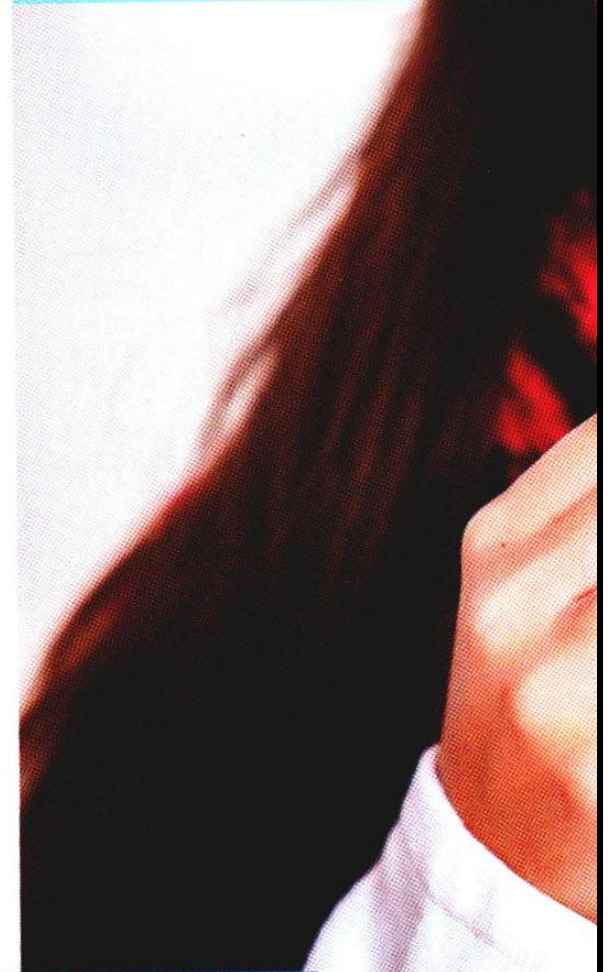
3 «الاحتقان الرجعي»، حالة تواجه من يستخدم مزيل احتقان الأنف لثلاثة أيام فأكثر عند إصابته بنزلة برد أو بحساسية ما، وهذا يعني أن المستخدم اعتاد العقار، ولن يتخلص من الاحتقان، وسيعاود استخدام الدواء!

إن كسر الحلقة المذكورة ليس سهلاً، ويتطلب التحدث إلى طبيب الصحة العامة أو اختصاصي أنف وأذن وحنجرة. إشارة إلى أن البعض يحتاج إلى استخدام عقاقير «الستيرويد» الفموية أو الأنفية، بهدف التوقف عن اللجوء إلى مزيلات احتقان الأنف!

4 خمول الغدة الدرقية، حالة تؤثر إلى أن الجسم لا ينتج ما يكفي من هرمون الغدة الدرقية، وتسبب احتقان الأنف، فضلاً عن عوارض أخرى، مثل: التعب والإمساك وتساقط الشعر وجفاف الجلد والشعور الدائم بالبرد. يستحسن، في هذا الإطار، فحص مستويات الهرمون المنبه للدرق.

5 التهاب الجيوب الأنفية البكتيري، حالة تتطلب العلاج بالمضادات الحيوية. ويمكن الشك بها، عندما تطول الحالات الناتجة عن العدوى الفيروسية، بما في ذلك نزلات البرد، عن أسبوع أو أسبوعين خصوصاً إن كان الزكام خف، وعاود المصاب مرة أخرى بصورة أعنف. تشمل العوارض الأخرى للعدوى البكتيرية المذكورة: الحمى وإفرازات الأنف المحملة بالصديد والألم الشديد في الجيوب الأنفية.

6 الزوائد اللحمية في الأنف، حالة مسؤولة عن الزكام الذي يطول! علماً أن الزوائد المذكورة غير سرطانية، وقد تتواجد في الأنف أو الجيوب الأنفية. تتجه أصابع الاتهام إليها، عندما تسد الجيوب الأنفية أو الشعب الهوائية. من المرجح أن تواجه من يعاني من الحساسية والربو والجيوب الأنفية المزمنة. عند الشعور بأن الأنف مغلق باستمرار، وتراجع حاستي الشم والتذوق، يجدر مراجعة الطبيب. عموماً، إن نزع الزوائد اللحمية بالمنظار لا يخلص المصاب منها نهائياً، إذ أنها تميل إلى النمو مرة أخرى! لذا، يتمثل الحل في السيطرة على عوارضها باستخدام بخاخ «الستيرويد»»



على «سيدتي.نت» www.sayidaty.net في قسم صحة ورشاقة،
«انفوغرافيك» عن 5 أطعمة لها تأثير مذهل في علاج الزكام