ZAPALENIE ZATOK PRZYNOSOWYCH

Zatoki przynosowe są wypełnionymi powietrzem przestrzeniami w twarzoczaszce. Stanowią część układu oddechowego odpowiedzialną za nawilżanie i oczyszczanie wdychanego powietrza. Znajdują się w okolicy czoła i nosa. Zatoki posiadają bezpośrednie ujścia do jamy nosowej. Ich wewnętrzną powierzchnię wyściela błona śluzowa zbudowana z czterech rodzajów komórek, w tym części posiadających rzęski. Infekcje zatok najczęściej zdarzają się jesienią i zimą, a więc w sezonie grzewczym. Mała wilgotność powietrza w pomieszczeniach a także różnice temperatur, drażniące przesuszoną błonę śluzową, zwiększają jej podatność na działanie drobnoustrojów chorobotwórczych. Latem do zapalenia zatok może się przyczynić nieodpowiednie stosowanie klimatyzacji. U alergików z kolei często dochodzi do stanów zapalnych zatok w okresie intensywnego pylenia roślin.

W warunkach fizjologicznych śluzówka zatok wytwarza znikomą ilość wydzieliny. Wydzielina ta dzięki stałym ruchom rzęsek, znajdujących się na powierzchni komórek błony śluzowej zatok, wydostaje się do jamy nosowej. Proces ten nazywany jest mechanizmem śluzowo-rzęskowym. Rolą tego mechanizmu jest wyłapywanie zarazków, kurzu, ciał obcych i ich przemieszczanie na zewnątrz. Z kolei powietrze wdychane przez nos stale wentyluje zatoki. Dzięki temu, w stanie fizjologicznym zatoki wolne są od drobnoustrojów.

Wyróżniamy cztery rodzaje zatok, występujące parami, rozmieszczone symetrycznie po dwóch stronach nosa i oczu:

- szczękowe (największe),
- czołowe,
- sitowe,
- klinowe.

Rola jaką spełniać mają zatoki do dziś nie jest jednoznacznie określona. Najważniejsze funkcje, które im się przypisuje to:

- zmniejszanie ciężaru czaszki,
- ogrzewanie i nawilżanie wdychanego przez nos powietrza,
- udział w przetwarzaniu głosu i jego tworzeniu (przestrzeń rezonansowa),
- ochrona ważnych struktur zlokalizowanych w obrębie głowy przed urazami.

Do stanu zapalnego nosa i zatok doprowadza choćby przeziębienie (infekcja wirusowa). Podczas stanu zapalnego dochodzi do obrzęku wyścielającej zatoki błony śluzowej, co utrudnia ujście wydzieliny do jamy nosowej i sprzyja jej nagromadzeniu. W przebiegu stanu zapalnego czynność gruczołów w obrębie błony śluzowej zatok zostaje zaburzona. Wydzielina staje się bardziej gęsta, mechanizm śluzowo-rzęskowy jest upośledzony. Zaleganie wydzieliny w świetle zatok i obniżenie jej pH sprzyja nadkażeniu (kolonizacji) przez bakterie. Toczący się proces zapalny sprawia, że mamy uczucie zatkania nosa, utrudnione oddychanie, a czasami pojawia się wydzielina z nosa (wyciek przedni). Jeśli schodząca z zatok wydzielina spływa po tylnej ścianie gardła (wyciek tylny), to działa ona drażniąco i prowokuje kaszel. Nagromadzenie wydzieliny i obrzęk błony śluzowej zatok objawiają się jednak przede wszystkim dolegliwościami bólowymi. Lokalizacja bólu zależy od tego, które zatoki objęte są procesem zapalnym. Charakterystyczne są bóle głowy, twarzy u nasady nosa i w okolicy oczodołów, które ulegają nasileniu przy pochylaniu głowy do przodu. Często dochodzi do osłabienia lub nawet utraty węchu. Czasami objawy są mniej typowe i nie od razu kojarzone z zapaleniem zatok – na przykład ból zębów i nieświeży oddech przy zapaleniu zatok szczęko-

wych. Proces zapalny często wiąże się z występowaniem gorączki. Podane objawy to charakterystyczny obraz ostrego zapalenia zatok. Przy przewlekłym stanie zapalnym są one podobne, lecz mniej nasilone.

KIEDY MÓWIMY O OSTRYM, A KIEDY O PRZEWLEKŁYM ZAPALENIU ZATOK?

Kryterium jest przede wszystkim czas trwania. Ostry stan zapalny trwa do 12 tygodni (z reguły około 10 dni) i do tego czasu dolegliwości ustępują całkowicie. O przewlekłym zapaleniu zatok mówimy gdy przedłuża się na okres powyżej 12 tygodni, dolegliwości nie ustępują do końca i mogą pojawiać się okresy ich zaostrzenia.

Zapalenia zatok mogą mieć różne przyczyny. Najczęściej wywołują je wirusy (rhinowirusy, adenowirusy, koronawirusy). Czasami dochodzi do zapalenia bakteryjnego, grzybiczego, a u alergików dość powszechne jest alergiczne zapalenie zatok przynosowych. Zapalenia bakteryjne są z reguły wynikiem nadkażenia podczas już istniejącego stanu zapalnego wywołanego wirusem lub alergią. Najczęściej kolonizujące nasze zatoki bakterie to *Streptococcus pneumoniae* (dwoinka zapalenia płuc), *Haemofilus influenzae* (pałeczki hemofilne wywołujące zapalenia oskrzeli, płuc, opon mózgowych), *Moraxella catarrhalis* (odpowiada głównie za infekcje górnych dróg oddechowych u osób starszych, a także za zapalenia ucha środkowego u dzieci). Na grzybicze zapalenia zatok narażone są osoby z obniżoną z różnych przyczyn odpornością (po przeszczepach, chorzy na AIDS itd.) oraz chorujące na cukrzycę.

Istnieją czynniki sprzyjające stanom zapalnym zatok. Należą do nich nieprawidłowości w budowie anatomicznej (skrzywiona przegroda nosowa czy przerost migdałków). Kolejne warte wymienienia są zaburzenia morfologiczne, jak występowanie polipów w nosie czy też refluks gardłowo-krtaniowy. Stan zapalny zatok rozwija się łatwo, gdy błona śluzowa zatok jest obrzęknięta, na przykład w wyniku alergii. Niekorzystne działanie mają też zanieczyszczenia powietrza oraz narażenie na drażniący dym tytoniowy. Niekiedy stan zapalny rozwija się po wystąpieniu urazu mechanicznego oraz u osób nurkujących lub >>

uprawiających wspinaczkę wysokogórską (różnice ciśnień). Istnieją osoby narażone na zapalenia zatok ze względu na wrodzone lub nabyte schorzenia, takie jak mukowiscydoza, zaburzenia czynności rzęsek nabłonka oddechowego, niedobory odporności.

DIAGNOSTYKA I LECZENIE

W przypadku podejrzenia zapalenia zatok (np. zatkany nos, wydzielina z nosa, upośledzenie węchu), w pierwszej kolejności lekarz dokonuje badania dotykiem twarzy i szyi pacjenta w celu oceny bolesności. Kolejnym krokiem jest badanie laryngologiczne z użyciem wziernika (rynoskopia). Badanie to pozwala lekarzowi ocenić cechy stanu zapalnego błony śluzowej oraz ewentualną obecność na przykład polipów. Przydatna jest tu ocena również jamy ustnej i wykluczenie zakażenia pochodzącego od zęba. Jeśli lekarz widzi potrzebę dalszej diagnostyki (podejrzewa polipy, torbiele itp.), zleca wykonanie tomografii komputerowej (TK) lub rzadziej rezonansu magnetycznego. Badania te pozwalają dokładnie zobrazować stan zatok, ujścia od jamy nosowej oraz okolicznych tkanek i zaplanować leczenie. Z reguły jednak, przy ostrym zapaleniu zatok pobiera się wydzielinę z nosa do badania mikrobiologicznego i po wykonaniu posiewu w laboratorium określa przyczynę zapalenia.

Leczenie zapalenia zatok jest zależne od jego przyczyny. Ostre zapalenia zatok, zwłaszcza te wirusowe, leczy się przede wszystkim objawowo. Stosuje się inhala-

cje solą fizjologiczną, parówki z olejkami eterycznymi, płukanie nosa wodą morską, niekiedy przepłukiwanie zatok specjalnymi zestawami do tego przeznaczonymi. Wykonywać można okłady z ciepłych mokrych ręczników, należy przyjmować dużą ilość płynów. Dolegliwości bólowe czy gorączkę łagodzi się niesteroidowymi lekami przeciwbólowymi (NLPZ), na przykład ibuprofenem. Można stosować leki obkurczające naczynia krwionośne śluzówki miejscowo (aerozole, krople donosowe) lub pseudoefedrynę

Schorzenie to jest jedną z 10 najczęściej rozpoznawanych chorób w Polsce, znajduje się na 5. miejscu wśród przyczyn przepisywania antybiotyków przez polskich lekarzy rodzinnych i dotyczy 5–16% populacji.

Źródło: www.journals.viamedica.pl

dostępną w formach doustnych. Są to jednak substancje, które można stosować maksymalnie kilka dni. Musimy wiedzieć, że krople obkurczające powodują przyzwyczajenie błony śluzowej nosa, jej przewlekły obrzęk i nadmierną produkcję wydzieliny. Leczniczo działają natomiast leki rozrzedzające wydzielinę zalegającą w zatokach i ułatwiające ich oczyszczanie. Podobnie jak środki obkurczające śluzówkę dostępne są bez recepty, przynoszą dobry efekt stosowane w zapaleniach ostrych i przewlekłych zarówno samodzielnie, jak i wspomagająco przy stosowanej antybiotykoterapii. Antybiotyki są przepisywane przez lekarza wyłącznie na bakteryjne zapalenie zatok. Lekami stosowanymi z przepisu lekarza w zapaleniach zatok są też leki sterydowe w postaci aerozoli donosowych (działają przeciwzapalnie). Najczęściej są one zalecane w alergicznych zapaleniach zatok. W przypadku ostrych zapaleń zatok wystarcza leczenie farmakologiczne. W przypadku zapaleń nawracających, przewlekłych, wykrycia torbieli czy polipów niekiedy konieczne jest leczenie zabiegowe.

Zapalenie zatok to schorzenie, które może dotknąć osoby w różnym wieku, w zasadzie o każdej porze roku. Ważne jest, byśmy unikali możliwych źródeł infekcji (kontaktu z osobami chorymi) oraz ekspozycji, na przykład na dym papierosowy. Istotne jest też wietrzenie i dbanie o odpowiednią wilgotność pomieszczeń, w których przebywamy.

Charakterystyczne są bóle głowy, twarzy u nasady nosa i w okolicy oczodołów, które ulegają nasileniu przy pochylaniu głowy do przodu. Często dochodzi do osłabienia lub nawet utraty węchu. Czasami objawy są mniej typowe i nie od razu kojarzone z zapaleniem zatok – na przykład ból zębów i nieświeży oddech przy zapaleniu zatok szczękowych. Proces zapalny często wiąże się z występowaniem gorączki.

JOANNA BLUJ
Pracownik Apteki