



التهاب الجيوب الأنفية

التهاب الجيوب الأنفية هو التهاب أو تورم في الأنسجة المبطن للجيوب الأنفية. تمتلئ الجيوب الأنفية الصحية بالهواء. ولكن عندما يتم انسدادها وامتلائها بالسوائل ، يمكن أن تنمو الجراثيم وتسبب العدوى.

تشمل الحالات التي يمكن أن تسبب انسداد الجيوب الأنفية ما يلي:

- نزلات البرد
- التهاب الأنف التحسسي ، وهو انتفاخ في بطانة الأنف
- أورام صغيرة في بطانة الأنف تسمى سلائل الأنف
- انحراف الحاجز الأنفي ، وهو انحراف في تجويف الأنف

الأنواع

- يبدأ التهاب الجيوب الأنفية الحاد عادة بأعراض تشبه أعراض البرد مثل سيلان الأنف و انسداد الأنف وآلام الوجه. قد يبدأ فجأة ويستمر من أسبوعين إلى أربعة أسابيع.
- التهاب الجيوب الأنفية تحت الحاد عادة ما يستمر من 4 إلى 12 أسبوعًا.
- تستمر أعراض الالتهاب المزمن لمدة 12 أسبوعًا أو أكثر.
- التهاب الجيوب الأنفية المتكرر يحدث عدة مرات في السنة.

My Health
Digest

الاسباب

من المرجح ان تصاب بالتهاب الجيوب الانفية ان كان لديك:

- تورم داخل الأنف مثل نزلات البرد
- قنوات الصرف المسدودة
- الاختلافات الهيكلية التي تضيق تلك القنوات
- الاورام الحميدة الأنفية
- قصور الجهاز المناعي أو الأدوية التي تثبط جهاز المناعة

بالنسبة للأطفال ، تشمل الأشياء التي يمكن أن تسبب التهاب الجيوب الأنفية ما يلي:

- الحساسية
- أمراض الأطفال الآخرين في الحضانة أو المدرسة
- اللهايات
- شرب الزجاجاة أثناء الاستلقاء على الظهر
- دخان في البيئة

أعراض التهاب الجيوب الأنفية الحادة



تشمل العلامات الرئيسية ما يلي:

- ألم أو ضغط بالوجه
- أنف "محشو"
- سيلان الأنف
- فقدان حاسة الشم
- السعال أو الاحتقان

قد يكون لديك أيضًا:

- حمى
- رائحة الفم الكريهة
- إعياء
- آلام الأسنان

أعراض التهاب الجيوب الأنفية المزمن

قد تكون لديك هذه الأعراض لمدة 12 أسبوعًا أو أكثر:

- الشعور بالاحتقان أو الامتلاء في وجهك
 - انسداد الأنف أو انسداد
 - صديد في تجويف الأنف
 - حمى
 - سيلان الأنف أو تغير لون التصريف الأنفي الخلفي
 - قد تعاني أيضًا من الصداع ورائحة الفم الكريهة وألم الأسنان. قد تشعر بالتعب كثيرًا.
- يمكن أن تسبب الكثير من الأشياء أعراضًا مثل هذه. ستحتاج إلى زيارة طبيبك لمعرفة ما إذا كنت مصابًا بالتهاب الجيوب الأنفية.



ما هو العلاج؟

إذا كنت مصابًا بعدوى بسيطة في الجيوب الأنفية ، فقد يوصي طبيبك

- باستخدام غسول الأنف المزيل للاحتقان والمحلول الملحي. يجب ألا تستخدم مزيلات الاحتقان التي تُصرف دون وصفة طبية لأكثر من 3 أيام ، لأنها قد تجعلك أكثر احتقانًا.
 - قد ترغب في تجربة خيار آخر بدون وصفة طبية - جهاز كهربائي بيولوجي ينبعث من موجات التيار الجزئي. يتم وضع الجهاز على الوجه ويصدر اهتزازات غير مؤلمة للمساعدة في إزالة احتقان الجيوب الأنفية.
 - إذا أعطاك طبيبك مضادات حيوية ، فمن المحتمل أن تتناولها لمدة 10 إلى 14 يومًا. عادة ما تختفي الأعراض مع العلاج.
 - قد يساعد الهواء الدافئ الرطب إذا كنت تعاني من التهاب الجيوب الأنفية المزمن. يمكنك استخدام المرذاذ أو استنشاق البخار من وعاء به ماء دافئ. تأكد من أن الماء ليس ساخنًا جدًا.
- هناك بعض الأشياء الأخرى التي يمكنك القيام بها بنفسك للمساعدة في علاج التهاب الجيوب الأنفية المزمن:
- يمكن للكمامات الدافئة أن تخفف الألم في الأنف والجيوب الأنفية.
 - اشرب الكثير من السوائل للحفاظ على رقة المخاط.
 - قطرات الأنف المالحة آمنة للاستخدام في المنزل.
 - يمكن أن تساعد القطرات أو البخاخات المزيلة للاحتقان التي لا تستلزم وصفة طبية. لا تستخدمهم وقتًا أطول من الموصى به.

خيارات أخرى لتجنب التهاب الجيوب الأنفية:

- تحتاج أيضًا إلى تجنب أي محفزات مرتبطة بالتهاب الجيوب الأنفية.
- إذا كنت تعاني من الحساسية ، فقد يوصي طبيبك بمضادات الهيستامين.



- إذا كان اللوم على الفطريات ، فستحصل على وصفة طبية لدواء مضاد للفطريات.
- إذا كنت تعاني من نقص مناعي معين ، فقد يعطيك طبيبك الجلوبيولين المناعي .

