

Sinusite



O que é?

Sinusite é a inflamação das mucosas dos seios da face, região do crânio formada por cavidades ósseas ao redor do nariz, maçãs do rosto e olhos. Alterações anatômicas, que impedem a drenagem da secreção, e processos infecciosos ou alérgicos, que provocam inflamação das mucosas e facilitam a instalação de germes oportunistas, são fatores que predis põem à sinusite.

Sintomas

Costuma ocorrer dor de cabeça na área do seio da face mais comprometido (seio frontal, maxilar, etmoidal e esfenoidal). A dor pode ser forte, em pontada, pulsátil ou sensação de pressão ou peso na cabeça. Na grande maioria dos casos, surge obstrução nasal com presença de secreção amarela ou esverdeada, sanguinolenta, que dificulta a respiração. Febre, cansaço, coriza, tosse, dores musculares e perda de apetite costumam estar presentes.

Recomendações

Na vigência de gripes, resfriados e processos alérgicos que facilitem o aparecimento de sinusite, beba bastante líquido (pelo menos 2 litros de água por dia) e goteje de duas a três gotas de solução salina nas narinas, muitas vezes por dia. A solução salina pode ser preparada em casa. Para cada litro d'água fervida, acrescente uma colher de chá (09 gramas) de açúcar e outra de sal. Espere esfriar antes de pingá-la no nariz; inalações com solução salina, soro fisiológico ou vapor de água quente ajudam a eliminar as secreções. Evite o ar condicionado. Além de ressecar as mucosas e dificultar a drenagem de secreção, pode disseminar agentes infecciosos (especialmente fungos) que contaminam os seios da face; Procure um médico se os sintomas persistirem.

Como orientar quem tem episódios frequentes de sinusite?

A sinusite pode ser crônica. Neste caso, os sintomas são permanentes. A pessoa tem obstrução nasal, catarro amarelo-esverdeado e sanguinolento e dificuldade para eliminar secreção. Se o paciente tiver sinusite que não melhora com os tratamentos convencionais, deve procurar um médico especialista (otorrinolaringologista).