

Здоровье

# С инфекций за пазухой

Не относись к насморку легкомысленно: он способен доставить большие проблемы

**Как утверждают врачи, недолеченный насморк – самая частая причина синусита – воспаления околоносовых пазух. Насморк редко длится дольше семи дней, а синуситы ведут себя упорнее и требуют более серьёзного и продолжительного лечения.**

Для начала важно уметь различать эти заболевания. Если с насморком вполне можно справиться самостоятельно, то с синуситом стоит поспешить к врачу. Должны насторожить следующие симптомы: обилие слизи сменяется заложенностью носа, когда становится трудно дышать, а голос приобретает характерную гнусавость. Неприятные ощущения в носу и околоносовой области, переносице или над глазами очень устойчивы: день за днём и не хуже, и не лучше. Температуры может не быть, зато преследуют настойчивые головные боли. Симптомы усиливаются по ночам: ты не можешь дышать нормально, поэтому долго ворочаешься без сна или внезапно просыпаешься среди ночи. Всё это сопровождается усталостью, слабостью, снижением аппетита.

## Воспаление развивается

Если насморк, будь он вирусной или аллергической природы, ограничивается слизистой оболочкой носа, то синуситы распространяются на околоносовые пазухи. Околоносовые синусы, или придаточные пазухи носа, – это пустые пространства в виде тоннелей или пещер, сообщающиеся с носовой полостью. В норме в них свободно циркулирует воздух. Выстланные той же слизистой, что и нос, пазухи легко подхватывают эстафету воспалительного процесса: ткани отекают, а выделение слизи усиливается. Тогда естественный вход в пазуху носа

оказывается заблокированным, и выделения начинают скапливаться внутри. И вот уже тебе трудно дышать – зато микробам есть где развернуться

К сожалению, риносинуситы относятся к самым распространённым заболеваниям лор-органов. За последние десять лет заболеваемость ими выросла в три раза.

## Инфекция или аллерген?

При подозрении на синусит обязательно обратитесь к оториноларингологу. Врач поможет дать ответы на важные вопросы: острый синусит или хронический, какого он происхождения. Возможно, потребуются дополнительные исследования. Рентген и компьютерная томография выявляют анатомические отклонения в строении носа и синусов. Микробиологический анализ помогает определить, какой вид микроорганизмов вызвал воспаление. Наконец, пробы на аллергию позволяют выявить аллерген и исключить аллергическую природу заболевания. Только выяснив все обстоятельства, врач назначает схему лечения – важно следовать ей досконально.

Увы, простые домашние средства на этом этапе уже не лечат, хотя и могут облегчить симптомы. Чтобы уменьшить воспаление слизистой, назначают антигистаминные и сосудосуживающие препараты, антибиотики, стероидные средства. Важно не только принимать полный курс препарата, но и чётко соблюдать последовательность и способ применения. Например, сосудосуживающие капли закапывают

прежде антибактериальных, а антибиотики вдыхают в виде ингаляций, поступающих из ультразвукового ингалятора: в таком виде даже минимальная доза будет максимально эффективна.

Лечение должно проходить строго под контролем врача. Даже самую простую лампу, которая

эффективно прогревает пазухи, можно использовать только с его разрешения. Из физиотерапевтических процедур иногда используют УФО полости носа или УВЧ на придаточные пазухи носа.

## Нужна особая тактика

В запущенных случаях, если консервативное лечение неэффективно, врачи прибегают к более серьёзному вмешательству.

Пункция околоносовых пазух. После прокола нижнего носового хода тонкой иглой слизь удаляется, пазухи промываются, а затем вводится лекарство.

В некоторых случаях может потребоваться хирургическое лечение. Наиболее распространённой среди оперативных методов считается так называемая микрохирургия околоносовых пазух. С помощью этой процедуры восстанавливается вентиляция воспалённых пазух через физиологические пути. Операция проводится под наркозом, послеоперационное восстановление может занять несколько дней. Этот вид лечения эффективен, но, как и любая операция, в некоторых случаях приводит к послеоперационным болям, кровотечению и другим осложнениям.

Сегодня также успешно применяется новая малотравматичная технология – баллонная синусопластика. Врач открывает закрытый вход в околоносовую пазуху с помощью специальных баллонов, которые мягко раздвигают её стенки, сохраняя целостность слизистой. Поскольку нет разреза, нет и рубцов – это значительно снижает вероятность осложнений. Процедура проводится под эндоскопическим наблюдением, поэтому врач чётко видит и контролирует все этапы операции.

## Доверяй здоровье профессионалам

Своевременный визит к врачу поможет предотвратить переход насморка в хроническую форму и предупредить серьёзные осложнения.

Не увлекайтесь сосудосуживающими каплями. Не пользуйтесь ими дольше 5–7 дней. Иначе может развиться атрофический ринит – каплезависимый нос.

Подхватив насморк, сразу начинайте лечение. Паровые ингаляции с эфирными маслами лекарственных растений облегчают удаление слизи. Чтобы уменьшить отёчность слизистой, промывайте носовые ходы слабым раствором морской соли.

Следите за тем, чтобы воздух в квартире не был сухим. При недостаточной влажности слизистые носа пересыхают и хуже выполняют свои защитные функции. Чаще проветривайте комнаты. Пользуйтесь увлажнителем воздуха, особенно в период отопительного сезона.

Из почты «ММ»

## Спасибо за праздники!

Жители посёлков Приуральский, Радужный, комитет ТОС № 16 благодарят депутата по избирательному округу № 32 Сергея Ушакова и его команду помощников за организацию праздничных мероприятий.

К Дню защитника Отечества и 30-летию вывода войск из Афганистана они поздравили и вручили подарки воинам-интернационалистам и участникам боевых действий в Чечне.

Широкая Масленица проходила совместно с коллективами школы № 40 и КТОСа (заведующая отделением Любовь Ивановна Москвина). Было продумано всё – включая угощение блинами, чаем, сладостями как детей, так и взрослых жителей посёлка.

А центр детского творчества Орджоникидзевского района – заведующая детским клубом «Галактика» Надежда Блинова и её замечательный коллектив – подготовил интересную программу с играми и конкурсами.

Особая благодарность Сергею Николаевичу Ушакову за подписку на газеты и журналы для библиотеки совета ветеранов.

Желаем здоровья, успехов и удачи!

Раиса Извекова, руководитель КТОС № 16



## В марте отмечают юбилейные даты

Любовь Степановна АРЗАМАСЦЕВА, Александра Ивановна АТАНОВА, Валер Гареевич БАЙТИМИРОВ, Антонина Степановна БОРИСОВА, Василий Михайлович ВОЛОХА, Тамара Ивановна ГНАТЮК, Иван Ефимович ГОЛУБКОВ, Евдокия Петровна ДОБРЯКОВА, Антонина Ильинична ЕГОРОВА, Мария Михайловна КАСТРУЛИНА, Людмила Александровна КИРЧЕГИНА, Александр Петрович КОВАЛЕВ, Клавдия Кузьминична КОСЕНКО, Галина Сергеевна КОТЕЛЬНИКОВА, Валентина Александровна КОТОВА, Вера Юрьевна КРАСНОВА, Валентина Ивановна КРЮКОВА, Лариса Ивановна КУВШИНОВА, Фрэнк Францовна КУДАШЕВА, Александр Васильевич КУЛЕШОВ, Марфа Гавриловна КУЛЯСОВА, Нина Васильевна КУРАКОВА, Татьяна Яковлевна ЛАЗАРЕВА, Татьяна Александровна МАКАРОВА, Зоя Михайловна ПАНАСЕНКО, Мария Петровна ПЕРМЯКОВА, Елена Леонтьевна ПЕТРИК, Зоя Викторовна ПОЛУЭКТОВА, Зинаида Алексеевна ПОЛЯКОВА, Галина Александровна ПРОКОПЬЕВА, Анна Ивановна ПУШИРИНА, Флюра Шайхелисламовна САБИРОВА, Рузалия Габдулхамитовна САФУАНОВА, Александра Васильевна СЕМИГУЛИНА, Луиза Федоровна СИНЬКОВСКАЯ, Мария Васильевна СМЕРНОВА, Марат Баязитович СУЛТАНОВ, Александра Стефановна ТОФЕЕНКО, Нурия Рафкатовна ТРАВИА, Резуван Мансурович УМУРЗАКОВ, Мария Алексеевна ФЕОКТИСТОВА, Шафигулла Хайрулинович ХАМИДУЛЛИН, Ануза Сафиуллинговна ХАСАНОВА, Ирина Михайловна ЧАЙКА, Лидия Александровна ЧЕРЕПАНОВА, Людмила Григорьевна ЧУЛКОВА, Владимир Петрович ШАБАНОВ, Людмила Андреевна ШЕЕНОК, Галина Сергеевна ЮРЧЕНКОВА.

Желаем именинникам крепкого здоровья, бодрости духа и благополучия ещё на многие годы!

Администрация, профком и совет ветеранов  
ОАО «Метизно-калибровочный завод «ММК-МЕТИЗ»



## В марте юбилей отмечает Александр Григорьевич МАМАЙ.

Желаем вам успехов, удачи, везения. В делах – мудрости, в семье – тепла и уюта. И пусть здоровье не даёт сбоёв и удача никогда не подводит!

Администрация, профком и совет ветеранов ЛПЦ 10

Объявления. Рубрики «Куплю», «Сниму» и др. на стр. 14

## Продам

\*Сад в «Надежде», дешёво. Т. 8-922-726-56-77.

\*Дом в п. Вятский. Т. 8-961-364-02-00.

\*Срубы с доставкой: 3х5 – 53 т.р., 3х4 – 49 т.р., 3х3 – 45 т.р., 6х6 – 115 т.р., 7х7 – 195 т.р. Сборка Т. 8-937-349-76-24.

\*Срубы. Т. 8-908-936-32-41.

\*Стройматериалы б/у: кирпич от 7 р./шт, брус, доску от 3800 р. за м<sup>3</sup>, металлопрокат от 25 р./кг, профлист оцинкованный, полимерный от 150 р. за м<sup>2</sup>. ЖБИ (блоки, перемишки, плиты перекрытия находятся в городе и на

о. Банное). Т: 8-902-617-13-67, 8-908-709-38-18.

\*Дрова. Т. 8-951-464-79-97.

\*Теплицы усиленные, парники. Т. 8-904-973-41-43.

\*Евровагонка, доска, брус. Т. 8-904-973-41-43.

\*Дрова. Т. 8-909-096-45-63.

\*Берёзовые дрова. Т. 29-00-37.

\*Банную печь. Т. 8-919-158-96-20.

\*Дрова, дешёво. Т. 8-982-319-73-33.

\*Поликарбонат прозрачный, цветной. Т. 45-48-48.

\*Трёхкомнатную. Т. 8-982-277-38-58.

## Разное

\*Весенние скидки – милым дамам! Ателье Дубровской ул. Тевосяна, 4 а. Т. 465-495.

\*Познакомлю. Т. 8-951-806-64-00.

\*Познакомлю, поженю. Агентство. Т. 49-22-90.

\*Мужчина средних лет ищет спутницу жизни. Т. 8-909-093-36-49.

\*Хотите бросить пить? «Анонимные Алкоголики», ул. Чапаева, 7/2. Т.: 8-919-344-69-59, 45-54-20.

\*Пансионат для пожилых людей (проживание, питание, уход). 800 р. в сутки. Т. 8-351-900-22-88.

\*Напишу стихи к торжествам. Т. 8-902-893-93-15.

kiosk.magmetall.ru  
Электронный сервис

**КИОСК**



Прём рекламы, объявлений, поздравлений и соболезнований в газету «ММ»