



سینوزیت چیست؟

گر گرفتگی بینی فرزندان از بین نمی‌رود، ممکن است دچار عفونت سینوس یا سینوزیت که به معنای التهاب سینوس‌هاست باشد. اما سرماخوردگی تنها بیماری‌ای نیست که می‌تواند زمینه‌ساز ایجاد عفونت‌های سینوسی باشد، بلکه و به ویژه کودکان مبتلا به آلرژی تنفسی احتمال ابتلا به عفونت سینوس را بدون اینکه اول بیمار شوند یا سرما بخورند دارند.

سینوزیت چه علائمی دارد؟

- گرفتگی بینی بیشتر از ۱۰ روز
- ترشحات بینی به رنگ زرد یا سبز
- سرفه در طول روز و شدیدتر شدن سرفه هنگام شب
- ورم در اطراف بینی و چشم‌ها شبیه کبودی
- درد یک‌طرفه در گلو، فک، پشت پیشانی یا بینی
- تب پایین پایدار
- آلرژی کم و بی‌حالی
- سردرد

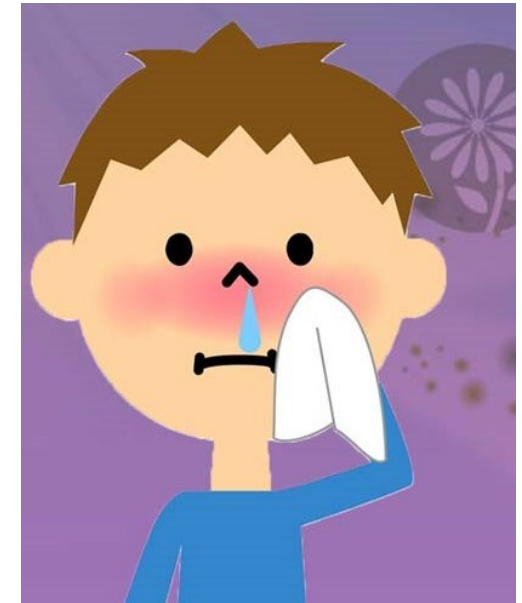
سرماخوردگی و آلرژی چگونه به

سینوزیت تبدیل می‌شود؟

سینوس‌ها حفره‌های پر از هوایی در بالا و زیر چشم و در هر دو طرف بینی هستند. وقتی سرماخوردگی یا آلرژی دارید، پوشش دیواره سینوس‌ها که در حالت طبیعی نازک است متورم می‌شود و گاهی اوقات این ورم‌ها باعث مسدود شدن گذرگاه‌های بین سینوس‌ها و بینی می‌شود و از اینجاست که مشکل شروع می‌شود. سپس مخاط در سینوس‌ها گیر می‌افتد و محیط گرم و مرطوب و تاریک، جایی مناسب و مطلوب برای تکثیر ویروس‌ها و باکتری‌ها خواهد بود.

سینوزیت چطور درمان می‌شود؟

- اگر عامل سینوزیت فرزندتان ویروس باشد، نیازی به دارو نخواهد داشت. ویروس‌ها خودبه‌خود و بدون درمان از بین می‌روند.
- اگر پزشک فرزندتان به این نتیجه برسد که او به عفونت باکتریایی مبتلاست، آنتی‌بیوتیک تجویز خواهد کرد.



برای جلوگیری از سینوزیت مجدد

چه کار کنید؟

وقتی فرزندتان سرماخوردگی دارد حتماً محیط خانه را مرطوب نگه دارید.

به رطوبت محیط خانه توجه کنید:

طوبت به نازک ماندن پوشش دیواره سینوس و رقیق بودن ترشحات آن کمک می‌کند. یک دستگاه بخور و رطوبت‌ساز می‌تواند هوای خانه را مرطوب نگه دارد. فقط حتماً آن را به طور منظم تمیز کنید تا از رشد کپک جلوگیری شود. علاوه بر این، فرزند خود را به خوبی هیدراته نگه دارید، زیرا نوشیدن مایعات کافی نیز همین مزیت را دارد.

درمان آلرژی را کامل کنید:

اگر گمان می‌کنید فرزند شما آلرژی دارد، در مورد گزینه‌های درمانی، اعم از گزینه‌های محیطی و دارویی با یک پزشک متبحر گوش و حلق و بینی صحبت کنید. ادامه دادن کامل درمان آلرژی می‌تواند تأثیر زیادی در پیشگیری از عفونت‌های سینوسی در آینده داشته باشد.

موارد آلرژی‌زا را حذف کنید:

خانه خود را از مواد آلرژی‌زای شناخته‌شده‌ای مانند دود سیگار و گردوغبار پاک نگه دارید، زیرا مواد آلرژی‌زا می‌توانند معابر بینی را تحریک و به بروز سینوزیت کمک کنند.