

سینوزیت (عفونت سینوس) چیست؟

سینوزیت التهاب یا تورم بافت پوشاننده سینوساست. سینوس ها ساختارهایی در داخل صورت شما هستند که معمولاً با هوا پر می شوند. عفونت‌های باکتریایی، عفونت‌های ویروسی و آلرژی‌ها می‌توانند آنها را تحریک کرده و باعث مسدود شدن و پر شدن آنها از مایع شوند. این می‌تواند باعث فشار و درد در صورت، گرفتگی بینی (گرفتگی بینی) و سایر علائم شود.

سینوزیت گاهی اوقات رینوسینوزیت نیز نامیده می‌شود.

سینوس چیست؟

سینوس‌های شما چهار حفره جفت (فضا) در سر شما هستند. معابر باریک آنها را به هم متصل می‌کند. سینوس‌ها مخاطی می‌سازند که از مجرای بینی شما خارج می‌شود. این زهکشی به تمیزی بینی و عاری کردن آن از باکتری‌ها، آلرژن‌ها و سایر میکروب‌ها (عوامل بیماری‌زا) کمک می‌کند.

سینوزیت چند نوع است؟

ما انواع سینوزیت را بر اساس مدت زمانی که ادامه داشته است (حاد، تحت حاد، مزمن یا عود کننده) و علت آن (باکتری، ویروس یا قارچ) توصیف می‌کنیم.

سینوزیت حاد، تحت حاد، مزمن و عود کننده:

علائم سینوزیت حاد (احتقان بینی، زهکشی، درد/فشار صورت و کاهش حس بویایی) کمتر از چهار هفته طول می‌کشد. معمولاً توسط ویروس‌هایی مانند سرماخوردگی ایجاد می‌شود.

علائم سینوزیت تحت حاد ۴ تا ۱۲ هفته طول می‌کشد.

علائم سینوزیت مزمن حداقل ۱۲ هفته طول می‌کشد. باکتری‌ها معمولاً علت آن هستند.

علائم سینوزیت حاد مکرر چهار بار یا بیشتر در یک سال عود می‌کند و هر بار کمتر از دو هفته طول می‌کشد.

سینوزیت باکتریایی و ویروسی:

ویروس‌ها، مانند ویروس‌هایی که باعث سرماخوردگی می‌شوند، باعث بیشتر موارد سینوزیت می‌شوند. باکتری‌ها می‌توانند باعث سینوزیت شوند یا می‌توانند شما را پس از یک مورد سینوزیت ویروسی آلوده کنند. اگر آبریزش بینی، گرفتگی بینی و درد صورت دارید که بعد از ده روز از بین نمی‌رود، ممکن است به سینوزیت باکتریایی

مبتلا شده باشید. علائم شما ممکن است به نظر بهبود یابد، اما پس از آن برمی گردند و بدتر از علائم اولیه هستند. آنتی بیوتیک ها و ضداحتقان ها معمولاً روی سینوزیت باکتریایی به خوبی عمل می کنند.

سینوزیت قارچی:

عفونت های سینوسی ناشی از قارچ معمولاً جدی تر از سایر اشکال سینوزیت هستند. اگر سیستم ایمنی ضعیفی داشته باشید، احتمال وقوع آنها بیشتر است.

سینوزیت حاد چیست؟

سینوزیت حاد یک عفونت کوتاه مدت سینوس (سینوزیت) است. علائم سینوزیت حاد ممکن است یک هفته تا ۱۰ روز طول بکشد و اغلب بدون درمان پزشکی از بین می رود. مراقبت های خانگی و ضد احتقان های بدون نسخه (OTC) به کاهش علائم سینوزیت حاد کمک می کند.

علائم سینوزیت حاد چیست؟

علائم سینوزیت حاد عبارتند از:

- گرفتگی بینی.
- درد، فشار یا احساس پری در اطراف صورت، سر یا اطراف چشم.
- از دست دادن بویایی و چشایی.
- بوی بد دهان
- تب.
- گوش درد
- سردرد.
- خستگی
- دندان درد

علت سینوزیت حاد چیست؟

سینوزیت حاد اغلب زمانی اتفاق می افتد که سرما خورده اید. سینوس های شما مجموعه ای از فضاهای توخالی متصل پشت استخوان گونه، پیشانی و بینی شما هستند. هوایی که از طریق بینی وارد می شود از طریق سینوس ها به سمت ریه های شما حرکت می کند.

سینوس های شما با بافت پوشیده شده اند. آنها همچنین مخاطی تولید می کنند که داخل بینی شما را مرطوب نگه می دارد. مخاطی که از سینوس های شما خارج می شود، از زباله هایی مانند باکتری ها یا ویروس هایی که هوا ممکن است وارد بینی شما شود نیز مراقبت می کند.

سینوزیت زمانی اتفاق می افتد که باکتری ها و ویروس ها در سینوس های شما مستقر شوند و بافت های آنها متورم شوند. در عین حال، سینوس های شما مخاط بیشتری تولید می کنند. به طور معمول، مخاطی که از سینوس های شما خارج می شود، افراد مزاحم را می شوید. اما زمانی که بافت سینوس شما متورم می شود، آن مخاط به دام می افتد.

سینوس های شما مسدود می شوند و با مایع پر می شوند و باعث می شوند بینی شما گرفتگی یا گرفتگی داشته باشد. صورت شما ممکن است در لمس حساس باشد و ممکن است دچار سردرد سینوسی شوید.

عوامل خطر برای ابتلا به سینوزیت حاد چیست؟

برخی از افراد بیشتر از دیگران به سینوزیت حاد مبتلا می شوند. این موارد عبارتند از:
افرادی که آلرژی دارند.

افرادی که مشکلات ساختاری با بینی خود دارند مانند انحراف تیغه بینی یا پولیپ، که زائده هایی هستند که می توانند داخل بینی یا حفره های سینوسی آویزان شوند.

افرادی که زمان زیادی را در مکان هایی که عفونت ها رخ می دهند، مانند مهدکودک ها یا مدارس می گذرانند.

سینوزیت حاد چه عوارضی ایجاد می کند؟

سینوزیت حاد اغلب عوارضی ایجاد نمی کند. عوارضی که ممکن است رخ دهد عبارتند از:

سینوزیت مزمن: سینوزیت حاد می تواند شعله ور شدن یک مشکل طولانی مدت به نام سینوزیت مزمن باشد. سینوزیت مزمن بیش از ۱۲ هفته طول می کشد.

مننژیت: این عفونت غشاها و مایع اطراف مغز و نخاع را تحت تأثیر قرار می دهد.

سایر عفونت ها رایج نیست. اما یک عفونت می تواند به استخوان ها که به عنوان استئومیلیت شناخته می شود یا به پوست که به عنوان سلولیت شناخته می شود گسترش یابد.

مشکلات بینایی: اگر عفونت به حفره چشم سرایت کند، می تواند بینایی را کاهش دهد یا باعث کوری شود.

چگونه میتوان سینوزیت، کووید، سرماخوردگی یا آلرژی را از هم تشخیص داد؟

سرماخوردگی، کووید-۱۹، آلرژی و عفونت سینوسی همگی علائم مشابهی دارند. تشخیص آنها از هم می تواند دشوار باشد. سرماخوردگی معمولاً افزایش می یابد، به اوج می رسد و به آرامی ناپدید می شود. چند روز تا یک هفته طول می کشد. آلرژی بینی باعث عطسه، خارش بینی و چشم ها، احتقان، آبریزش بینی و ترشحات پس از بینی (مخاط در گلو) می شود. آنها معمولاً درد صورت را که عفونت سینوسی ایجاد می کند، ایجاد نمی کنند. COVID-19 می تواند علائم دیگری مانند تب و تنگی نفس ایجاد کند.

سرماخوردگی، کووید یا آلرژی همگی می توانند باعث عفونت سینوسی شوند.

سینوزیت حاد چگونه تشخیص داده می شود؟

تشخیص سینوزیت حاد معمولاً شامل معاینه فیزیکی است. پزشک به آرامی سینوس های شما را با انگشتان خود فشار می دهد تا عفونت را شناسایی کند. معاینه ممکن است شامل نگاه کردن به بینی با نور برای شناسایی التهاب، پولیپ، تومور یا سایر ناهنجاری ها باشد. پزشک شما همچنین ممکن است یک فرهنگ برای کمک به تشخیص انجام دهد.

پزشک شما همچنین ممکن است آزمایش های زیر را برای تأیید تشخیص انجام دهد:

آندوسکوپی بینی

پزشک ممکن است با استفاده از آندوسکوپ بینی به داخل بینی شما نگاه کند. این یک محدوده باریک و انعطاف پذیر فیبر نوری است. اسکوپ به پزشک شما کمک می کند تا التهاب یا سایر ناهنجاری ها را در سینوس های شما شناسایی کند.

تست های تصویربرداری

پزشک ممکن است برای بررسی التهاب یا سایر ناهنجاری های بینی یا سینوس، سی تی اسکن یا ام آر آی را تجویز کند. سی تی اسکن از اشعه ایکس چرخان و رایانه برای گرفتن تصاویر دقیق و مقطعی از بدن شما استفاده می کند. MRI با استفاده از امواج رادیویی و میدان مغناطیسی تصاویر سه بعدی از بدن شما می گیرد. هر دو این تست ها غیر تهاجمی هستند.

پزشکان چگونه سینوزیت حاد را درمان می کنند؟

اکثر موارد سینوزیت حاد را می توان در خانه درمان کرد:

قرار دادن دستمال مرطوب و گرم: آن را روی سینوس های خود نگه دارید تا علائم درد را کاهش دهید.

استفاده از مرطوب کننده: این می تواند به مرطوب نگه داشتن هوا کمک کند.

اسپری های بینی سالین: از آنها چندین بار در روز برای شستشو و پاکسازی مجرای بینی استفاده کنید.

هیدراته بمانید: مقدار زیادی مایعات بنوشید تا به رقیق شدن مخاط کمک کنید.

اسپری کورتیکواستروئیدی بینی بدون نسخه (OTC): اسپری هایی مانند فلوتیکازون پروپیونات (فلوناز) می توانند التهاب داخل بینی و سینوس ها را کاهش دهند.

درمان ضد احتقان خوراکی OTC: این درمان ها، مانند سودوافدرین (Sudafed)، می توانند مخاط را خشک کنند.

مسکن های OTC: داروهایی که می توانید از فروشگاه های OTC خریداری کنید مانند استامینوفن (تیلنول) یا ایبوپروفن (Advil، Motrin) می توانند به تسکین درد سینوسی کمک کنند.

با سر بالا بخوابید: این کار باعث می شود سینوس ها تخلیه شوند.

منابع:

[/https://www.healthline.com](https://www.healthline.com)

[/https://my.clevelandclinic.org](https://my.clevelandclinic.org)