

## Μαμά, πονάει ο λαιμός μου...

/ Γενικά Θέματα / Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Κάθε γονιός έχει ακούσει αυτή τη φράση από το παιδί του. Τι μπορεί όμως αυτό να σημαίνει και πως αντιμετωπίζεται; Ο πονόλαιμος είναι πολύ συνηθισμένο σύμπτωμα, ιδιαίτερα τους φθινοπωρινούς μήνες και μπορεί να οφείλεται σε έναν απλό ερεθισμό του φάρυγγα ή και ακόμα να εμφανίζεται ως εκδήλωση κάποιας ιογενούς ή μικροβιακής λοίμωξης.

Ο ερεθισμός του λαιμού μπορεί να οφείλεται σε αυξημένες ρινικές εκκρίσεις που αναστέλλουν τη ρινική αναπνοή. Όταν η αναπνοή γίνεται από το στόμα, ξηραίνονται οι βλεννογόνοι και καθίστανται ευάλωτοι στη δράση ιών και μικροβίων. Άλλες αιτίες είναι η αφυδάτωση, αλλεργικές καταστάσεις, ο κακός αερισμός του χώρου κ.α. Στην περίπτωση αυτή η ρινικές πλύσεις με φυσιολογικό ορό, καλή ενυδάτωση του οργανισμού και η εφύγραση και ο καλός αερισμός του χώρου είναι μέτρα αρκετά για να ανακουφίσουν το παιδάκι σας.

Ερεθισμός του λαιμού μπορεί να συμβεί και από κάποιο ξένο σώμα στο στοματοφάρυγγα ακόμα και στη μύτη. Στην περίπτωση αυτή συνυπάρχει κακοσμία,

σιελόρροια και αυξημένες ρινικές εκκρίσεις. Στην περίπτωση του ξένου σώματος είναι επιβεβλημένη η άμεση επίσκεψη στον Ωτορινολαρυγγολόγο προκειμένου να αφαιρεθεί.

## **Ιογενείς λοιμώξεις**

Οι ιογενείς λοιμώξεις είναι και η συνηθέστερη αιτία πονόλαιμου. Υπάρχουν πάνω από 200 ιοί που ενοχοποιούνται για φαρυγγαλγία συνηθέστερα όμως αδενοιοί, ρινοιοί ιοί γρίπης, parainfluenza κ.α. Άλλα συνοδά συμπτώματα μπορεί να είναι πυρετός, αυξημένες ρινικές εκκρίσεις, βράγχος φωνής, επιπεφυκίτιδα ή ακόμα και έμετος, διάρροιες και κοιλιακό άλγος. Οι ιογενείς λοιμώξεις ποικίλουν σε βαρύτητα από πολύ ελαφριάς μορφής εκδηλώσεις όπως το κοινό κρυολόγημα ή και βαρύτερες εκδηλώσεις όπως στη γρίπη, στη λοιμώδη μονοπυρήνωση, στην λοίμωξη από έρπητα άλλα και διάφορες «παιδικές ασθένειες» όπως ιλαρά, διφθερίτιδα κ.α

Για την πρόληψη των ιώσεων σημαντικό είναι το πλύσιμο των χεριών τακτικά με κοινό σαπούνι και η αποφυγή επαφής των χεριών σε στόμα, μύτη και μάτια.

Η αντιμετώπιση βασίζεται στην ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού με ανάπαυση, αντιπυρετικά, παυσίπονα, διατροφή πλούσια σε βιταμίνη C, λήψη άφθονων υγρών, καλός αερισμός και εφύγραση του χώρου, γαργάρες με αλατόνερο ή χαμομήλι.

Αξίζει να σημειωθεί ότι τα αντιβιοτικά δεν έχουν καμία αποτελεσματικότητα απέναντι στους ιούς και η χορήγηση τους μπορεί να είναι επιζήμια για την υγεία του παιδιού σας.

Τα υπεύθυνα μικρόβια που ενοχοποιούνται συνηθέστερα στον πονόλαιμο είναι ο στρεπτόκοκκος, ο πνευμονιόκοκκος ο αιμόφιλος ινφλουέντζας και πολλά άλλα.

Οι μικροβιακές λοιμώξεις συνήθως ενοχοποιούνται για βαρύτερες κλινικές εκδηλώσεις όπως υψηλό πυρετό, κακουχία έντονη, ανορεξία. Συνυπάρχει

τραχήλική λεμφαδενίτιδα .

Η αντιμετώπιση τέτοιων λοιμώξεων γίνεται μόνο από ιατρούς με χορήγηση του κατάλληλου αντιβιοτικού.

Σε κάθε περίπτωση κάθε παιδί είναι διαφορετικό και κάθε πάθηση διαφορετική. Βασική παράμετρος κατά την κλινική εξέταση αποτελεί η κατάσταση του παιδιού, αν είναι κεφάτο, αν έχει όρεξη για φαγητό κ.α.

Είναι επιβεβλημένη η επίσκεψη σε γιατρο όταν ο πονόλαιμος παραταθεί πέραν της εβδομάδας, όταν συνοδεύεται από υψηλό πυρετό πέραν των 3 ημερών, όταν συνοδεύεται από δύσπνοια έντονη δυσκαταποσία που δεν επιτρέπει τη λήψη τροφής και υγρών, διόγκωση λεμφαδένων στον τράχηλο, επέκταση του πόνου και στα αυτιά, βράγχος φωνής που δεν περνάει παρά τη θεραπεία,εξάνθημα.

*Δήμητρα Γιαννακάκου Ωτορινολαρυγγολόγος Συνεργ. του Ιασώ Παίδων*

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)