

Γρίπη: επαγρύπνηση για αποφυγή επιπλοκών

/ [Πεμπτουσία· Ορθοδοξία-Πολιτισμός-Επιστήμες](#)



Σήμα κινδύνου για παιδιά και ενήλικες εκπέμπουν οι Ωτορινολαρυγγολόγοι καθώς η γρίπη, που βρίσκεται σε έξαρση, προκαλεί οξείες φαρυγγίτιδες και λαρυγγίτιδες.

«Χρειάζεται προσοχή γιατί φέτος ο ιός της γρίπης είναι ιδιαίτερα επικίνδυνος και προκαλεί δυσάρεστες επιπλοκές οι οποίες για να αντιμετωπιστούν χρειάζονται νοσηλεία» αναφέρει ο Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος Μηνάς Ν. Αρτόπουλος, και προσθέτει: «Ιδιαίτερη προσοχή θέλουν τα παιδιά καθώς οι φαρυγγίτιδες και οι

λαρυγγίτιδες που τους προκαλεί ο ιός έχουν οξεία μορφή και χρειάζονται φαρμακευτική αντιμετώπιση, αλλά και σε αρκετές περιπτώσεις νοσηλεία».

Τα συμπτώματα της Φαρυγγίτιδας

Σύμφωνα με τους Ωτορινολαρυγγολόγους φέτος όλοι μας θα πρέπει να είμαστε υποψιασμένοι με την εμφάνιση των πρώτων συμπτωμάτων κι αν αυτά επιμένουν τότε η επίσκεψη στο γιατρό κρίνεται απαραίτητη. Τα συμπτώματα της φαρυγγίτιδας είναι:

- Πόνος και τσούξιμο στο λαιμό
- Δυσφορία
- Πυρετός
- Πονοκέφαλος
- Διόγκωση των λεμφαδένων του λαιμού
- Δυσκολία και πόνος στην κατάποση
- Μυϊκοί πόνοι
- Μύτη που τρέχει
- Οι αμυγδαλές μπορούν να επηρεαστούν, να μολυνθούν και να διογκωθούν.

«Τα παιδιά που είναι ιδιαίτερα ευάλωτα στη φαρυγγίτιδα μπορεί να εμφανίσουν σοβαρότερη μορφή της νόσου με δυσκολίες στην αναπνοή, στην κατάποση, δυνατό πονοκέφαλο, εμετούς και βήχα» εξηγεί ο κ Αρτόπουλος και συμπληρώνει: «Η φαρυγγίτιδα χρειάζεται προσοχή. Ενώ οι περισσότερες περιπτώσεις θα εξελιχθούν ομαλά υπάρχει ένα ποσοστό που παρουσιάζουν επιπλοκές και για το λόγο αυτό χρειάζεται ιατρική παρακολούθηση».

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ - ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Εκτός από την φαρμακευτική αγωγή, που συνήθως στην πλειοψηφία των περιπτώσεων κρίνεται από τον γιατρό απαραίτητη, για την ενίσχυση του οργανισμού των ασθενών απαιτείται:

- Ξεκούραση: Ο ύπνος βοηθά τον οργανισμό να καταπολεμήσει μια μόλυνση
- Άφθονα υγρά: Ο πυρετός αυξάνει τις ανάγκες του οργανισμού σε υγρά, που υγραίνουν το φάρυγγα, μειώνουν το τσούξιμο, ευκολύνουν την κατάποση και απομακρύνουν τον κίνδυνο αφυδάτωσης
- Γαργάρες με αλμυρό νερό: Οι γαργάρες με αλμυρό νερό μερικές φορές την ημέρα βοηθούν στην καταπράυνση του πόνου στο λαιμό
- Σωστή διατροφή: Ζωμοί και σούπες έχουν ανακουφιστικές επιδράσεις, ενώ πρέπει να αποφεύγονται φαγητά που ερεθίζουν το φάρυγγα όπως ο χυμός πορτοκαλιού ή πικάντικα φαγητά

- Αερισμός του χώρου: Δεν πρέπει να υπάρχει καπνός τσιγάρου στο χώρο , ενώ ο αέρας δεν πρέπει να είναι ξηρός. Ιδιαίτερα στα παιδιά η ξηρότητα μπορεί να επιβαρύνει περισσότερο την κατάσταση.

Λαρυγγίτιδα

Η λαρυγγίτιδα πλήττει κυρίως βρέφη και παιδιά προσχολικής ηλικίας. Είναι συνήθως ήπια νόσος με γρήγορη και πλήρη ανάρρωση, αρκεί να τύχει άμεσης ιατρικής διάγνωσης και αντιμετώπισης. Η λοίμωξη ξεκινάει από το ανώτερο αναπνευστικό αλλά επεκτείνεται προς τα κάτω, προκαλώντας οίδημα (πρήξιμο) γύρω από την τραχεία και τον λάρυγγα του παιδιού. Τα μικρότερα παιδιά τείνουν να επηρεάζονται πιο έντονα στην λαρυγγίτιδα, γιατί οι αεροφόροι σωλήνες είναι μικροί και ακόμα και ήπιο οίδημα μπορεί να τους φράξει σημαντικά.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΛΑΡΥΓΓΙΤΙΔΑΣ

- Συνάχι και ξηρός βήχας, με ή χωρίς ήπιο πυρετό κατά τη διάρκεια της νύχτας
- Δύσκολη ή και γρήγορη αναπνοή,
- Εισολκές στο θώρακα και χαρακτηριστικό ήχο όταν το παιδί εισπνέει (συριγμός),
- Βραχνή φωνή και ερεθιστικό, παροξυσμικό βήχα (σαν γάβγισμα σκύλου)
- Το χρώμα του παιδιού γίνεται μπλε και το επίπεδο συνείδησης μειωμένο, σε βαριές περιπτώσεις

«Τα συμπτώματα μοιάζουν με αυτά άλλων παθήσεων και γι αυτό είναι σημαντική η κλινική εξέταση και διάγνωση από παιδίατρο. Η διάρκεια των συμπτωμάτων ποικίλει αλλά συνήθως αφορά τρεις με επτά ημέρες»τονίζει ο κ Αρτόπουλος και συνιστά τι πρέπει να γίνεται σε περίπτωση μιας ήπιας κρίσης που μπορεί να αντιμετωπιστεί στο σπίτι.

Συγκεκριμένα:

- Εκθεση στον ψυχρό αέρα
- Καλός αερισμός του δωματίου
- Αύξηση της υγρασίας με ατμούς ή υγραντήρα
- Ήρεμο και ήσυχο περιβάλλον
- Πολλά υγρά
- Χρήση αντιπυρετικού όταν αυξάνεται η θερμοκρασία του
- Όχι αντιβηχικά ή αντιβιοτικά.

Η νόσος συνήθως περνάει σε 2-3 μέρες, ενώ ήπιος βήχας μπορεί να παραμείνει για μία βδομάδα.