

Ο πονόλαιμος και η κατάλληλη αντιμετώπισή του

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Ο πονόλαιμος, ενοχλητικός και αρκετά οδυνηρός πολλές φορές, θεωρείται μια από τις συχνότερες παθήσεις, είτε ως σύμπτωμα απλού κρυολογήματος είτε ως ένδειξη για κάτι σοβαρότερο.



Είναι επίσης χαρακτηριστικό ότι δεν εμφανίζεται μόνο κατά τη διάρκεια του χειμώνα, εξαιτίας του κρύου, αλλά κάθε εποχή. Για παράδειγμα, το καλοκαίρι είναι πολύ συχνή η... αποτροπή από το παγωμένο νερό για «να μην πονέσει ο λαιμός». Κατά βάση, ο πονόλαιμος είναι ένα από τα πρώτα συμπτώματα ενός κρυολογήματος, που μπορεί να εξελιχθεί σε σοβαρότερη κατάσταση, οπότε είναι καίριας σημασίας η έγκαιρη και αποτελεσματική αντιμετώπισή του.

Συνήθως αντιλαμβανόμαστε ότι «κάτι δεν πάει καλά», από ένα «ελαφρύ τσίμπημα» στον λαιμό, ξηρότητα ή κάποια δυσκολία στην κατάποση. Αυτά είναι και τα πρώτα συμπτώματα του πονόλαιμου, στα οποία θα πρέπει να δώσουμε μεγάλη σημασία – αντιστρόφως ανάλογη της ενόχλησης που αισθανόμαστε, θα μπορούσε κάποιος να ισχυριστεί. Πολύ γρήγορα όμως αυτή η «μηδαμινή» ενόχληση γίνεται έντονος πόνος και ο ασθενής δυσκολεύεται δραματικά στην κατάποση. Αποτέλεσμα αυτού, να αισθάνεται άσχημα, να μην έχει διάθεση να εργαστεί ή να διασκεδάσει, να δημιουργείται πρόβλημα στην καθημερινότητά του, καθώς είναι σαφές πως επηρεάζεται η ψυχολογία του.

Λύσεις για ανακούφιση και για αντιμετώπιση

Στα φαρμακεία μπορεί κάποιος εύκολα να βρει προϊόντα που καταπραΰνουν από τα συμπτώματα του πονόλαιμου και χαρίζουν προσωρινή ανακούφιση στον ασθενή. Μπορεί να έχουν τη μορφή ακόμα και «απλής» καραμέλας και πράγματι να

απαλύνουν για λίγο την ενόχληση. Πολλοί επιλέγουν να εμπιστευτούν τη «λαϊκή σοφία» και να επιχειρήσουν να αντιμετωπίσουν τον πονόλαιμο με ζεστά ροφήματα και τροφές. Αυτό που δεν μπορούν να προσφέρουν όμως τέτοιου είδους προϊόντα ή λύσεις, όπως τα ροφήματα και οι καραμέλες, είναι η αποτελεσματική αντιμετώπιση της αιτίας του πονόλαιμου.

Στη συντριπτική πλειονότητα των περιπτώσεων, μόλις η καταπραϋντική τους δράση παρέλθει, τα συμπτώματα επανέρχονται απρόσκοπτα. Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε πως η ανακούφιση από τον πόνο και τις οδυνηρές παρενέργειες του πονόλαιμου είναι εντελώς διαφορετική από την αντιμετώπιση της αιτίας και την πλήρη και αποτελεσματική καταπολέμηση. Είναι πλέον δεδομένο πως η φλεγμονή που προκαλεί τον πονόλαιμο πρέπει να αντιμετωπίζεται με τον αποτελεσματικότερο τρόπο, όσο πιο άμεσα γίνεται, από την πρώτη στιγμή εμφάνισης των συμπτωμάτων. Ο τρόπος για την αντιμετώπιση του πονόλαιμου άμα τη εμφανίσει είναι είτε με ένα στοματικό αντισηπτικό διάλυμα, είτε με ένα στοματικό αντισηπτικό εκνέφωμα (σπρέι).

Πώς βοηθάει ένα αντισηπτικό στοματικό διάλυμα ή σπρέι

Η ισχυρή αντισηπτική δράση του διαλύματος και του σπρέι είναι το «κλειδί» για την αποτελεσματική καταπολέμηση της φλεγμονής που προκαλεί τον πονόλαιμο. Παράλληλα, αποτρέπει την επιδείνωση των συμπτωμάτων, αλλά και της γενικότερης κατάστασης του ασθενούς.

Αντισηπτική δράση έχουν τα σκευάσματα που περιέχουν τη δραστική ουσία εξετιδίνη, καθώς προσφέρουν ισχυρή αντισηψία από τα μικρόβια και είναι κατάλληλα τόσο για την πρόληψη όσο και για την καταπολέμηση των λοιμώξεων της στοματοφαρυγγικής κοιλότητας και των δοντιών. Η εξετιδίνη είναι ένα ισχυρό, τοπικό αντισηπτικό που δρα εναντίον πολλών μικροβίων και μυκήτων που ευθύνονται για τις λοιμώξεις της στοματοφαρυγγικής κοιλότητας. Χάρη στην ισχυρή αντισηπτική της δράση, θεραπεύει γρήγορα από τη φλεγμονή και προσκολλάται στο στοματικό βλεννογόνο, ασκώντας αντιβακτηριακή δράση έως και για δέκα ώρες. Το γεγονός ότι δεν απαιτεί συχνή και κουραστική χρήση, κάνει το σκεύασμα ακόμα πιο αποτελεσματικό, αφού οι ασθενείς που το χρησιμοποιούν δεν αμελούν την εφαρμογή του.

Τα σκευάσματα εξετιδίνης, στοματικά αντισηπτικά διαλύματα ή σπρέι, κατατάσσονται στα μη συνταγογραφούμενα φάρμακα (ΜΗΣΥΦΑ) και διατίθενται σε όλα τα φαρμακεία. Η δράση της εξετιδίνης και οι θεραπευτικές της ιδιότητες κατά του πονόλαιμου είναι γνωστές στην ιατρική κοινότητα τα τελευταία 40

χρόνια και μέχρι σήμερα αποτελεί ενδεδειγμένη μέθοδο αντιμετώπισής του. Είναι σαφές λοιπόν ότι με άμεση επέμβαση και το κατάλληλο σκεύασμα, ο πονόλαιμος γίνεται σύντομα παρελθόν!

Πηγή: onmed.gr