

## Pracownia leczenia chrapania i bezdechów sennych.

**Chrapiesz**, budzisz się zmęczony, z bólem głowy i wyschniętym gardłem?

Masz problem ze spływającą po gardle wydzieliną, **krwawienia z nosa**, zatkanym nosem?

To może być **przewlekłe zapalenie zatok**, **krzywa przegroda**, wady budowy nosa i zatok lub objawy **alergii**.

**Przegroda nosa** to część nosa wewnętrznego, zbudowana z części chrzęstnej i kostnej. Przegroda dzieli nos w środku na dwie połowy- prawy i lewy przewód nosowy. Skrzywienie powstaje na granicy styku części chrzęstnych i kostnych, najczęściej jako wada wrodzona.

Jeżeli skrzywienie jest duże nos może być zupełnie niedrożny.

Najczęściej mamy do czynienia z zaburzeniami drożności nosa , które dają następujące dolegliwości:

- oddychanie przez usta (chrapanie, wysychanie błony śluzowej jamy ustnej , gardła, poranna chrypka),

- przewlekły katar,

- bóle głowy,
- spływanie wydzieliny po tylnej ścianie gardła,
- nawracające krwawienia z nosa.

Charakterystyczne jest narastanie dolegliwości z biegiem lat. Jest to efekt mechanicznego uszkodzenia śluzówki nosa, które skutkuje jej pogrubieniem, pękaniem (krwawienia) i narastającymi zaburzeniami drożności nosa.

Należy pamiętać, że z biegiem lat a nawet miesięcy mogą pojawić się nieodwracalne skutki wynikające z zaburzeń drożności nosa i znajdujących się w nim struktur np. ujść zatok przynosowych i trąbek słuchowych .

Do najczęstszych powikłań związanych z zaburzeniami drożności nosa zaliczamy:

- **przewlekłe** **zapalenie zatok przynosowych** ( objawy: bóle głowy w okolicy czoła, nosa i policzków, spływanie wydzieliny po gardle, katar trwający dłużej niż 3 m-ce),
- przewlekłe zapalenie migdałków podniebiennych,
- przewlekłe zapalenie krtani ( chrypka),
- przewlekły zanikowe zapalenie błony śluzowej gardła,
- przewlekłe zapalenie oskrzeli ( kaszel, duszność),

- niedosłuch,

- nadciśnienie tętnicze ( jako wynik niedotlenienia organizmu- bezdechy, chrapanie)

i jego powikłania – udary mózgu , zawały serca.

Im szybciej poprawimy drożność nosa tym większa szansa na pełne wyleczenie i brak ryzyka związanego z wystąpieniem powikłań omówionych powyżej.

Jeżeli zatem stwierdzamy, że mamy problemy mogące wynikać z zaburzenia oddychania przez nos należy zgłosić się do specjalisty otolaryngologa (potocznie - laryngologa).

Większość wad budowy nosa, w tym też przegrody nosa wymaga interwencji chirurgicznej.

Rodzaj zabiegu, jego zakres, ryzyko ew. powikłań zależy od charakteru wady, jej lokalizacji i występujących już powikłań.

Tylko lekarz mający doświadczenie w zakresie chirurgii nosa – może ocenić zasadność wykonania badań dodatkowych przed podjęciem decyzji o leczeniu operacyjnym nosa. Niektóre z wad nosa wymagają wykonania uzupełniających badań specjalistycznych np. tomografii komputerowej zatok, **endoskopii nosa( endoskopia laryngologiczna)**, rynometrii akustycznej, badania błony śluzowej nosa-  
**cytologii błony śluzowej nosa.**

O konieczności wykonania tych badań decyduje otolaryngolog, który podejmuje się leczenia operacyjnego nosa.

## Cytologia błony śluzowej nosa

Nieżyt błony śluzowej nosa potocznie zwany katarem jest jednym z najpopularniejszych schorzeń z jakim spotyka się lekarz rodzinny, a także jednym z najczęstszych powodów zgłaszania się pacjentów do gabinetów laryngologicznych i alergologicznych.

Badanie błony śluzowej nosa jest bardzo przydatne w diagnostyce chorób górnych dróg oddechowych. Badanie to jest niebolesne i nieinwazyjne.

Wiele czynników zewnętrznych wpływa bardzo niekorzystnie na stan błony śluzowej nosa. Wdychane powietrze, zanim dotrze do płuc, jest w nosie oczyszczane, ogrzewane i nawilżane. Umożliwia to specyficzna budowa błony śluzowej, która wyściela jamę nosową. Błona śluzowa nosa pokryta jest śluzem oraz mikroskopijnymi rzęskami, które są odpowiedzialne za ruch wydzieliny. Dzięki temu wszelkie zanieczyszczenia, które dostają się wraz z powietrzem, są zatrzymywane, a następnie wydalane na zewnątrz.

*- Nasz nos, a właściwie jego błona śluzowa narażona jest przez cały rok na różnego rodzaju zagrożenia: zanieczyszczenia środowiska, wirusy, bakterie, alergeny.*

Właśnie w błonie śluzowej rozpoczyna się reakcja naszego układu odpornościowego na te czynniki środowiska zewnętrznego.

Właściwa budowa i kondycja błony śluzowej nosa jest gwarantem dobrej reakcji naszego organizmu na zagrożenia zewnętrzne.

*Odpowiedzią na te czynniki może być stan zapalny, którego skutkiem jest poszerzenie naczyń krwionośnych, obrzęk błony śluzowej, nadmierna produkcja śluzu, niedrożność nosa.*

Badanie błony śluzowej nosa wykonuje się u osób z:

- przewlekłym katarem,
- alergią,
- zaburzeniami oddychania przez nos- sapanie, chrapanie, bezdechy,
- łzawieniem oczu,
- nawracającymi zapaleniami spojówek,
- nawracającymi zapaleniami gardła,
- nawracającymi zapaleniami krtani-chrypka,
- krwawieniami z nosa,
- zaburzeniami odporności.

Badanie błony śluzowej nosa jest zalecane i wykorzystywane do:

- diagnostyki przewlekłych nieżytów nosa (alergicznym i niealergicznym),
- oceny skuteczności leczenia przewlekłych nieżytów nosa,
- oceny działań ubocznych leków stosowanych w przewlekłych nieżytach nosa,
- oceny działania czynników środowiskowych na organizm człowieka (klimatyzacja, nawiewy, używki, zanieczyszczenia wielkomiejskie),
- kontroli działań ubocznych leków: donosowych (krople aerozole) i innych np. kardiologicznych .

Badanie polega na delikatnym zdrapaniu błony śluzowej nosa.

Badanie jest niebolesne i nieinwazyjne czyli nie ma przerywania ciągłości tkanek (podobnie jak przy posiewie). Wszystkie te czynności trwają około 10 minut.

## **Endoskopia laryngologiczna**

Obecnie w diagnostyce chorób nosa, zatok i gardła, wykorzystuje się metodę endoskopową. Sprzęt endoskopowy jest do dyspozycji w naszym gabinecie laryngologicznym.

Metoda endoskopowa ma zastosowanie nie tylko w diagnostyce, ale i w leczeniu, w tym także w leczeniu operacyjnym. Tę nowoczesną metodę uznaje się na całym świecie jako najbardziej sprawdzoną i skuteczną w leczeniu chorób zatok i nosa zarówno u dzieci, jak u dorosłych. Jest to metoda nieinwazyjna, bezpieczna dla dzieci i kobiet w wieku rozrodczym i w ciąży.

**Badanie endoskopowe nosa i zatok przynosowych wykonuje się w przypadkach:** przewleklego kataru

- ,  
alergii
- ,  
zaburzeniami oddychania przez nos- sapanie, chrapanie, bezdechy
- ,  
łzawienia oczu
- ,  
nawracania zapaleń spojówek
- ,  
nawracania zapaleń gardła,  
krtani (w przypadku chrypki)
- ,  
nawracania zapaleń zatok,  
przerostu migdałka gardłowego,  
krwawień z nosa,  
zaburzeń odporności.

**Badanie endoskopowe nosa i zatok wykorzystywane są w diagnostyce i leczeniu:** stanów zapalnych zatok ( udrażnianie ujść, płukanie zatok, jak i w leczeniu pooperacyjnym), diagnostyce przewlekłych nieżytów nosa (alergicznym i niealergicznym), ocenie skuteczności leczenia przewlekłych nieżytów nosa, ocenie działań ubocznych leków stosowanych w przewlekłych nieżytach nosa, ocenie działania czynników środowiskowych na organizm człowieka (klimatyzacja, nawiewy, używki, zanieczyszczenia wielkomiejskie), kontroli działań ubocznych leków: donosowych (krople aerozole) i innych np. kardiologicznych, usuwaniu ciał obcych z nosa i zatok ( np. u dzieci), pobieraniu wycinków ze zmian organicznych w nosie i zatokach.

Badanie polega na delikatnym wprowadzeniu do nosa endoskopu - pręcika o średnicy ok 2,5

mm. Badanie jest bezbolesne oraz nieinwazyjne czyli nie wiąże się z przzerwaniem ciągłości tkanek. Trwa około 10 minut. Wykonywane jest od 4 roku życia. Koszt badania wynosi 160 zł. Cena zabiegu jest ustalana podczas konsultacji i w zależności od przypadku wynosi 200 - 500zł.

W ramach naszej Przychodni przyjmuje laryngolog [Dr n. med. Dorota Kapiszewska-Dzedzej](#), która specjalizuje się w leczeniu zaburzeń drożności nosa, chrapania, bezdechów, zapalenia zatok, gardła. Dr **n. med. Dorota Kapiszewska-Dzedzej** stosuje metody leczenia zarówno zachowawczego jak i operacyjnego, w tym najnowsze techniki chirurgiczne - endoskopową ( FESS) i cewnikowania zatok (CEZ) tzw. balonikowania zatok.

Informacje na temat konsultacji oraz zabiegów wykonywanych w ramach **Pracowni Leczenia Chrapania i bezdechu sennego** można uzyskać pod numerem telefonu 22 625 05 23