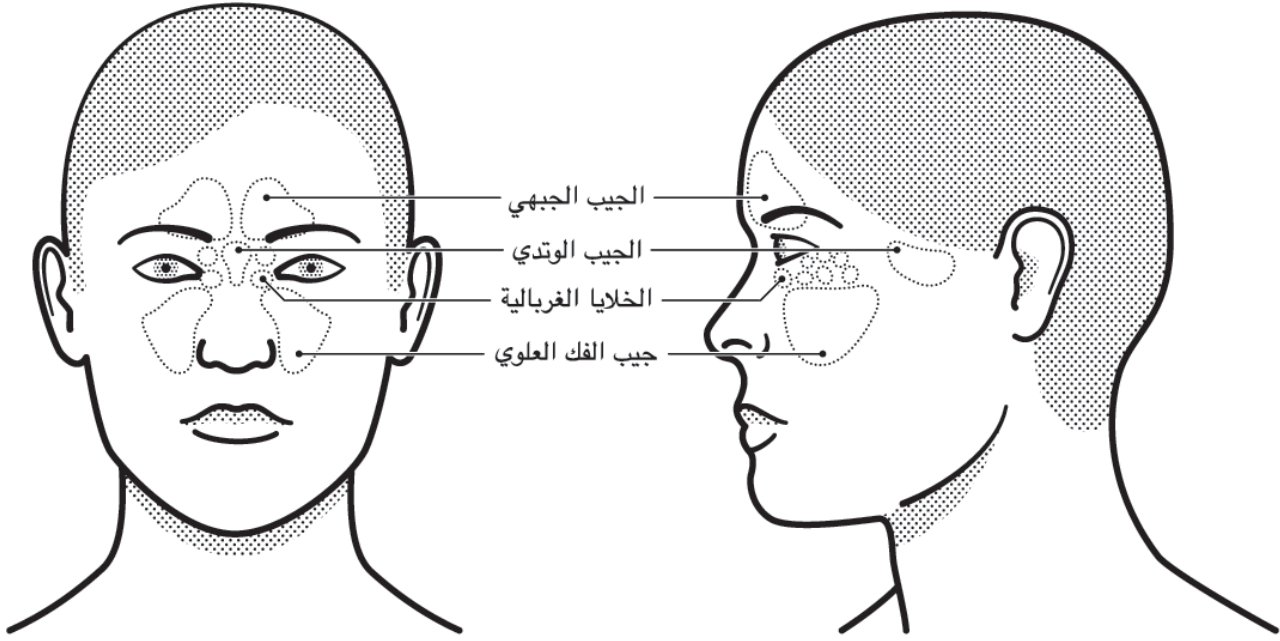


## التهاب الحاد للجيوب الأنفية



### كيف يصاب الإنسان بالتهاب الجيوب الأنفية؟

غالباً ما يبدأ التهاب الجيوب الأنفية بالزكام، وعندما تصيب أغشية المخاط الأنفي التورمات، فتبدأ في إنتاج السائل المخاطي بكميات كبيرة، من ذلك السائل ما يكون لزجاً، وهو المعهود في حالات الزكام، ومنه ما يكون ثخيناً رخواً. وينتج عن ذلك أضرار بعملية تهوية التجويفات الأنفية وأضرار بعملية انسياب الإفرازات المتكونة بتلك التجويفات، مما يسهل الطريق على مسبب المرض (الفيروس أو البكتيريا) للدخول على الأغشية المخاطية للتجويفات الأنفية والانتشار بها وإصابة تلك المناطق بالالتهابات. ويعد فيروس نزلات البرد هو المسبب الأكثر انتشاراً لالتهابات الجيوب الأنفية، أما العدوى البكتيرية فنادرًا ما تسبب تلك الالتهابات.

### كيف يعالج التهاب الجيوب الأنفية؟

عند الحالات الحرجة ووجود المضاعفات المحتملة ينصح بتناول الأدوية، وبعيدا عن تلك الحالات النادرة فإن المريض يشفى من تلك الالتهابات الأنفية بدون الحاجة إلى أدوية وبلا عواقب، فكل ما يحتاج إليه هو الراحة والبعد عن الضغط العصبي والنوم بشكل كافٍ وشرب كميات كافية من السوائل، كل ذلك يساعد الجسم على التعافي، أما في حالات الآلام القوية فينصح بتناول المسكنات. ويجد الكثير من المرضى في المعالجة باستنشاق البخار أو الزيوت الهوائية كالسينيول (دواء معقم ومنكه وطارد للبلغم) وسيلة فاعلة وجيدة، أما المركبات النباتية كزيوت الريحان ومستخرجات الجنطيانا فيمكنها كذلك تخفيف الآلام. وتساعد كل من قطرة الأنف وبخاقتها المضادتين للتورم وكذلك غسول الأنف في تحسين عملية التنفس المثقلة بالزكام، وللنوم الهادئ والمريح يفضل استخدام تلك الوسائل ليلاً، ولا ينصح بالمبالغة في استخدامها، فعلى الأكثر سبعة أيام لكل وسيلة، وذلك لكي لا يلحق ضرر بالغشاء المخاطي الحساس.

### التهاب الحاد للجيوب الأنفية - ما مسبباته؟

عند الحديث عن التهاب الجيوب الأنفية فإننا أمام التهاب مخاطية الأنف، والموجودة أيضاً بالجيوب الأنفية. وتكثر الإصابة بذلك الالتهاب في موسم نزلات البرد وغالباً ما يكون السبب فيروسي. ويضم التجويف الأنفي كلا من الجيب الجبهي وجيب الفك العلوي والخلايا الغربالية والجيب الودي، وكل هذه التجويفات المتواجدة داخل عظمة الجبهة والمملوءة بالهواء مرتبطة بالأنف، ولا يقتصر التهاب الجيوب الأنفية على واحد من تلك التجويفات الأنفية الأربعة، بل غالباً ما يصيب أكثر من واحد، حيث يشكل إصابة جيب الفك العلوي بالالتهابات نسبة تقريبية تصل 90% من المرضى، أما إصابة الخلايا الغربالية فينسبها تصل لأكثر من 75% وتشكل نسبة إصابة الجيب الجبهي 40%، أما التهاب الجيب الودي فهو الأكثر ندرة وتصل نسبته لـ 27% من المرضى.

### ما أعراض التهاب الجيوب الأنفية؟

يعد سيلان الأنف وانسداده وكذلك تدهور حاسة الشم من الأعراض المشهورة لبداءات الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية. بالإضافة إلى احتقان الوجه والشعور بالضغط والألم بالفك العلوي ومنطقة الجبهة، ومن الممكن أن تزداد حدة ذلك الألم عند الانحناء أو الحركة ويضاف إلى تلك الأعراض المحتملة الشعور بالضعف العام والحمى. وليس من المنتظر أن تظهر تلك الأعراض في وقت واحد، حتى يكون بمقدورنا تشخيص الحالة بالتهاب الجيوب الأنفية. ويتعافى 60-80% من المصابين بتلك الالتهابات في غضون إسبوعين دون تلقي أدوية، ويتعافى 90% بعد مرور ستة أسابيع على الأكثر. وإذا ما استمر المرض أكثر من ثمانية أسابيع دون تحسن أو ازدياد نسبة الإصابة به عن ثلاث مرات سنوياً، فيحينئذ يكون ذلك الالتهاب مرضاً مزمنًا، ولابد من استشارة الطبيب في ذلك الشأن.