



### Rinosinüzit nedir?

Akut rinosinüzit (burun yan boşluğu iltihaplanması), burun yan boşluğunu da etkileyen burun mukozasındaki bir iltihaplanmadır (rinitis). Bu hastalık özellikle soğuk algınlığı sezonunda çok sık görülür ve genellikle nedeni virüslerdir. Alın boşlukları, çene boşlukları, kalbur kemiği hücreleri ve sfenoid kemiği boşlukları burun yan boşluklarına dahildir. Yüz kemiklerinde havayla dolu tüm boşluklar burun bölgesiyle bağlantılıdır. Rinosinüzit genellikle sadece tek bir burun yan boşluğunda değil, birkaçında görülür. Hastalık, hastaların yaklaşık %90'ında çene boşluklarında, %75'inde kalbur kemiği hücrelerinde ve %40'ında da alın boşluklarında görülüyor. % 27 ile en düşük iltihaplanma oranı sfenoid kemiği boşluğundadır.

### Rinosinüzit kendini nasıl gösterir?

Rinosinüzit başlangıcında tıkanmış akan bir burun ve koku duyusunda azalma en sık görülen şikayetlerdir. Ayrıca yüzde tıkanma hissi ve üst çene ve alın bölgesinde basınç ve ağrı (özellikle de öne eğilirken ve sarsıntı halinde daha şiddetli hissedilir) da tipiktir. Buna bitkinlik ve ateş de eklenebilir. Ancak bir rinosinüzit teşhisi için tüm bu semptomların aynı anda görülmesi şart değildir. Akut bir rinosinüzit, tedavi olmadan hastaların %60-80'inde iki hafta sonra hastaların %90'ında ise altı hafta sonra tamamen iyileşmiştir. Eğer hastalık sekiz haftadan daha uzun süre devam ederse ya da yılda üç kereden daha sık görülürse kronik rinosinüzit söz konusudur ve bunun için doktorla görüşülmelidir.

### Rinosinüzit nasıl oluşur?

Rinosinüzit genellikle nezleyle başlar. Bu tür bir rinitiste burundaki mukozalar şişer ve nezlede tipik olan sulu-sert sümüğü yoğun derecede üretir. Bu nedenle de burun yan boşlukları yeterince havalanmaz ve burada oluşan salgılar akamaz. Bu da hastalık virüslerine, yan boşluklardaki mukozalara sızma, burada yayılma ve iltihaplanma oluşturma fırsatı verir. Akut rinosinüzitin nedeni genellikle soğuk algınlığı virüsleridir. Bir bakteri enfeksiyonunun bu hastalığa neden olduğu da görülmüştür, ancak bu çok nadirdir.

### Bir rinosinüzit nasıl tedavi edilir?

Ağır hastalık seyirleri veya komplikasyon riski varsa antibiyotik tedavisi gerekli olabilir. Nadiren görülen bu durumların dışında, burun yan boşluğu iltihaplanması ilaç kullanılmadan problemsizce iyileşir. Dinlenmek, stresten uzak durmak, yeterince uyumak ve yeterince sıvı almak vücuda iyileşme sürecinde destek sağlar. Ağrılar çoksa ağrı kesici alınabilir. Birçok hasta, buhar veya Cineol gibi eterli yağların inhalasyonu rahatlatıcı buluyor. Mintol ve centiyane özleri gibi bitkisel preparatlar da yine şikayetleri azaltabilir. Şişikliği indiren burun damlaları, spreyleri ve burun yıkama sıvılarıyla nezlesi olan insanların nefes alması kolaylaşır. Daha rahat bir uyku için bunların özellikle akşam kullanılması mantıklı olacaktır. Ancak hassas olan burun mukozasına zarar vermemek için bunlar kesintisiz en fazla yedi gün kullanılmalıdır.