

## Так ли безобиден насморк?



На осенне-зимний период приходится пик простудных заболеваний. Температура, кашель, затяжной насморк-вот основные проявления симптомов ОРВИ. Если температура очень высокая, а кашель очень донимает, то вызывают врача. А вот с насморком большинство наших сограждан предпочитают справляться самостоятельно, лечить по совету фармацевта или народными средствами.

-Насморк или ринит-это воспаление слизистой оболочки носа, которое может быть вызвано инфекцией и аллергенами.

### ***Опасное самолечение***

Одни греют лоб мешочками с солью, другие прикладывают к переносице вареное яйцо. Но любое прогревание можно делать только после консультации с врачом! А вдруг там гнойный процесс? Третьи закладывают лук или чеснок в ноздри. Но, если слизистая носа чувствительная, то это может вызвать ожог. Различные «восточные» мази, типа «Звездочки» можно применять только наружно! В нос закладывать нельзя-может быть раздражение слизистой. А при насморке так и так отек и сухость.

Кто-то считает, что при первых же выделениях из носа следует сразу «задавить» инфекцию антибиотиками. Их назначают уже при осложненном течении ринита. И уж, если назначены антибиотики, то надо принимать полный курс 7-10 дней. А если день-два принимать, да еще не соблюдая дозировку, и бросить, то этим мы только снижаем восприимчивость микробов. В следующий раз придется значительно увеличивать дозировку.

Особый разговор по поводу любви к каплям. Сосудосуживающие капли – первое средство, к которому прибегают для лечения насморка. Но капли только временно уменьшают симптом, а не способствуют устранению причины! Они быстро уменьшают отек и восстанавливают дыхание. Но после того, как действие капель заканчивается, отек слизистой нарастает снова. Приходится капать снова, ведь иначе дышать уже невозможно. Идет привыкание, заканчивающееся тем, что слизистая носа перестает реагировать на медикаменты.

### ***Что делать?***

Для эффективного лечения насморка надо не стесняться при первых же симптомах показаться специалисту. Выделения из носа больше пяти дней – повод для визита к ЛОРу. Частые рецидивы, длительное лечение, присоединение необычных симптомов, таких как головные боли, тяжесть в голове, усиливающаяся при наклоне, потеря обоняния – немедленно к врачу! Все это может быть признаками осложнения, в частности, гайморита.

Если это обычный острый насморк, то здесь положительное действие окажет промывание морской водой, солевым раствором. Удобны в применении аптечные препараты с четко выверенной концентрацией соли в виде спреев. Оптимальный режим промывания – 2-3 раза в день: утром, днем и вечером.

Употребление популярных сосудосуживающих капель должно быть крайне умеренным. Их нельзя применять более 2-3 раз в день и более 6-7 дней.

Если говорить об аллергическом насморке, то лечить его как обычный насморк бесполезно. Аллергия может быть на цветение трав и деревьев, на домашнюю пыль, запах духов, шерсть животных и т.д... надо выделить аллерген и подобрать соответствующую терапию.

Стоит отметить, что какого-либо универсального средства от насморка, которое подходило бы сразу всем, не существует. Поэтому, дорогие родители и наши маленькие пациенты, не болейте и при необходимости не затягивайте с визитом к врачу и не занимайтесь самолечением!

Спасибо, за Внимание и до Новых встреч!

