

ΥΓΕΙΑ

ΒΗΧΑΣ

Ένας ενοχλητικός «σύντροφος».



Η Ναόμι Γουότς ενισχύει την άμυνα του οργανισμού της με τακτική άσκηση.

Υπάρχουν κάποια συμπτώματα τα οποία, όταν επιμένουν, πρέπει να τα αξιολογούμε έγκαιρα, γιατί μπορεί να υποκρύπτουν κάποια χρόνια πάθηση που χρειάζεται αντιμετώπιση. Ο βήχας είναι ένα απ' αυτά και, δυστυχώς, πολλές φορές δεν αξιολογείται σωστά, γιατί ο πάσχων τον αποδίδει αυθαίρετα σε διάφορες αιτίες, χωρίς να ζητάει τη γνώμη του γιατρού του.

Στην Ωτορινολαρυγγολογία ο βήχας μπορεί να συσχετίζεται με διάφορες παθήσεις. Στην περιοχή της μύτης, η αλλεργική ρινίτιδα με ή χωρίς πολύποδες, η χρόνια ιγμορίτιδα και το στραβό διάφραγμα προκαλούν ένα χρόνιο βήχα, που έρχεται και φεύγει, και μπορεί να συνοδεύεται από συμπτώματα όπως κακοδιαθεσία, ατονία, κεφαλαλγία ή δέκατα. Στο φάρυγγα, ο βήχας μπορεί να προκαλείται από χρόνια φαρυγγίτιδα λόγω αλλεργίας, χρόνια αμυγδαλίτιδα, ξηρότητα ή ακόμη και κακοήθεια. Στο λάρυγγα, μια πολύ συχνή αιτία είναι η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, η οποία είναι προϊόν του σύγχρονου τρόπου ζωής, με τα ακατάστατα γεύματα και την έλλειψη του καλομαγειρεμένου σπιτικού φαγητού. Άλλα συχνά αίτια είναι το κάπνισμα, η μειωμένη πρόσληψη νερού, η χρήση κλιματιστικού, η καταπόνηση λόγω πολλών ωρών ομιλίας και, πιο σπάνια, ο καρκίνος του λάρυγγα.

Για να γίνει σωστή διάγνωση σήμερα υπάρχει η μαγική εξέταση που λέγεται ενδοσκόπηση. Γίνεται ανώδυνα στο ιατρείο, με λεπτά εργαλεία, τα ενδοσκόπια, εύκαμπτα ή άκαμπτα, και χάρη στη μεγέθυνση και το φωτισμό έχουμε πλήρη εικόνα σε ό,τι αφορά στη μύτη, το φάρυγγα και το λάρυγγα. Αν χρειάζεται, τελικά, χειρουργική αντιμε-

τώπιση για το αίτιο που προκαλεί το βήχα, και πάλι χάρη στα ενδοσκόπια έχουμε τη δυνατότητα, χωρίς τομές και ταλαιπωρία, να προσφέρουμε στον ασθενή ριζική και μετεγχειρητικά ανώδυνη θεραπεία, σε αντίθεση με παλαιότερες τεχνικές.

Το πρόβλημα με τα χρόνια συμπτώματα είναι ότι ο ασθενής τα συνηθίζει και, αν συνδυάζονται με μειωμένη άσκηση, καθιστική ζωή, κακή διατροφή και καταθλιπτική διάθεση, που είναι επακόλουθο ενός τέτοιου τρόπου ζωής, τότε παύει να δέχεται τα μηνύματα από το σώμα του. Αυτό είναι ένα επικίνδυνο στάδιο, γιατί έχει αρνητικές επιπτώσεις στην επαγγελματική, κοινωνική και προσωπική του ζωή.

Η επιστροφή σ' έναν φυσικό και υγιεινό τρόπο ζωής εγγυάται καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία, που οδηγεί σε επαγρύπνηση, ώστε να υπάρχει καλύτερος κώδικας αξιολόγησης των όποιων συμπτωμάτων.



Ευχαριστούμε για τη βοήθεια την Ανατολή Παταρίδου, Χειρουργό Ωτορινολαρυγγολόγο Κεφαλής και Τραχήλου, www.pataridou.gr