

Ο πονόλαιμος είναι ο πόνος στο οπίσθιο τοίχωμα του φάρυγγα, που εμφανίζεται με ή χωρίς την κατάποση και συνδέεται συνήθως με λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού και, παρά την καθιερωμένη άποψη ότι οφείλεται σε βακτήρια, έχει αποδειχθεί ότι η συχνότερη αιτία του είναι οι ιοί. Οι ρινοϊοί ευθύνονται για το 30-50% όλων των κρυολογημάτων, συχνό σύμπτωμα των οποίων είναι ο πονόλαιμος. Τα βακτήρια μπορεί να προκαλέσουν επίσης πονόλαιμο, αλλά ευθύνονται μόνο για το 20% των περιπτώσεων. Όταν τα βακτήρια ευθύνονται για την πρόκληση φαρυγγίτιδας, το πιο κοινό αίτιο είναι ο στρεπτόκοκκος. Ξηρότητα πάντως του λαιμού ή και φαρυγγίτιδα μπορούν να προκαλέσουν και περιβαλλοντικοί παράγοντες, όπως η υψηλή υγρασία και η χαμηλή θερμοκρασία, η θέρμανση εσωτερικού χώρου, η χρήση air condition, τα αλλεργιογόνα και η μόλυνση του περιβάλλοντος. Τις περισσότερες φορές ο πόνος είναι πολύ έντονος το πρωί και βελτιώνεται στη διάρκεια της ημέρας. Ένας ήπιος πονόλαιμος μπορεί να σηματοδοτεί την αρχή κρυολογήματος. Όταν μολύνονται η μύτη ή οι παραρρινοί κόλποι, οι εκκρίσεις μαζεύονται πίσω στο λαιμό και τον ερεθίζουν, ιδιαίτερα τη νύχτα. Μπορεί βέβαια να έχει μολυνθεί και ο ίδιος ο λαιμός,

**ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ
ΓΙΑ ΤΙΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΤΗΝ κα ΑΝΑΤΟΛΗ
ΠΑΤΑΡΙΔΟΥ**

*χειρουργό
ωτορινολαρυγγολόγο
κεφαλής και
τραχήλου, παιδο.ΩΡΛ,
συνεργάτιδα
νοσοκομείου
Υγεία-Μητέρα
(pataridou.gr).*



ΠΟΝΟΣ ΣΤΟ ΛΑΙΜΟ

Ποιες αιτίες μπορεί να κρύβονται πίσω από την αίσθηση πως έχεις «καρφιά» κατά την κατάποση;

• ΑΛΛΕΣ ΑΙΤΙΕΣ

Ένας ενήλικας εμφανίζει πονόλαιμο 2-3 φορές το χρόνο, ενώ τα παιδιά είναι πιο επιρρεπή. Η πιο κοινή αιτία είναι η αμυγδαλοφαρυγγίτιδα, που είναι κατά κύριο λόγο μια ιογενής λοίμωξη (σπανιότερα προκαλείται από βακτήρια). Η στρεπτοκοκκική φαρυγγίτιδα είναι μια ακόμα συνήθης βακτηριακή αιτία πονόλαιμου. Επειδή η στρεπτοκοκκική φαρυγγίτιδα μπορεί να οδηγήσει σε ρευματικό πυρετό, επιβάλλεται χορήγηση αντιβιοτικών. Ένας πονόλαιμος είναι λιγότερο πιθανό να είναι στρεπτοκοκκική φαρυγγίτιδα εάν προέρχεται από κρυολόγημα. Πονόλαιμος προκαλείται και από κάτι που κολλάει στο λαιμό ή από αλλεργίες. Επίσης, μερικές φορές υγρά από το στομάχι

ανεβαίνουν στο λαιμό και δημιουργούν πονόλαιμο, ιδίως το πρωί, με συνυπαρξη καύσου ή κόμπου στο λαιμό και βραχνάδα, συμπτώματα δηλαδή της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης. Οι όγκοι του λαιμού, της γλώσσας και του λάρυγγα μπορεί να σχετίζονται με μακροχρόνια χρήση καπνού και αλκοόλ. Ο πονόλαιμος και η δυσκολία στην

κατάποση (μερικές φορές με πόνο που αντανακλά στο αυτί) ίσως είναι σύμπτωμα ενός τέτοιου όγκου.

• ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΟΥΜΕ

Στο γιατρό πηγαίνει κανείς όταν:

- Δεν μπορεί να καταπιεί υγρά.
 - Έχει ωταλγία που δεν υποχωρεί.
 - Έχει πυρετό πάνω από τρεις μέρες.
 - Ο πονόλαιμος επανεμφανίζεται ή διαρκεί περισσότερες μέρες.
 - Έχει παρατεταμένη βραχνάδα.
 - Έχει βγάλεϊ ερυθρά εξανθήματα.
 - Έχει επίμονο πονόλαιμο συνοδευόμενο από νυκτερινή έντονη εφίδρωση και ερεθισμένους αδένες.
 - Ο λαιμός πονάει, ο πόνος δεν υποχωρεί και δεν υπάρχουν συμπτώματα κρυολογήματος ή γρίπης.
 - Οι αδένες στο λαιμό είναι πρησμένοι χωρίς κανένα άλλο σύμπτωμα και το πρήξιμο δεν υποχωρεί αφότου υποχωρήσει ο πονόλαιμος.
- Όσο αθώς και αν δείχνει ένας πονόλαιμος, ο ειδικός ωτορινολαρυγγολόγος θα αποσαφηνίσει με βεβαιότητα την αιτία του χορηγώντας την κατάλληλη αγωγή. **Σ.Α.**

