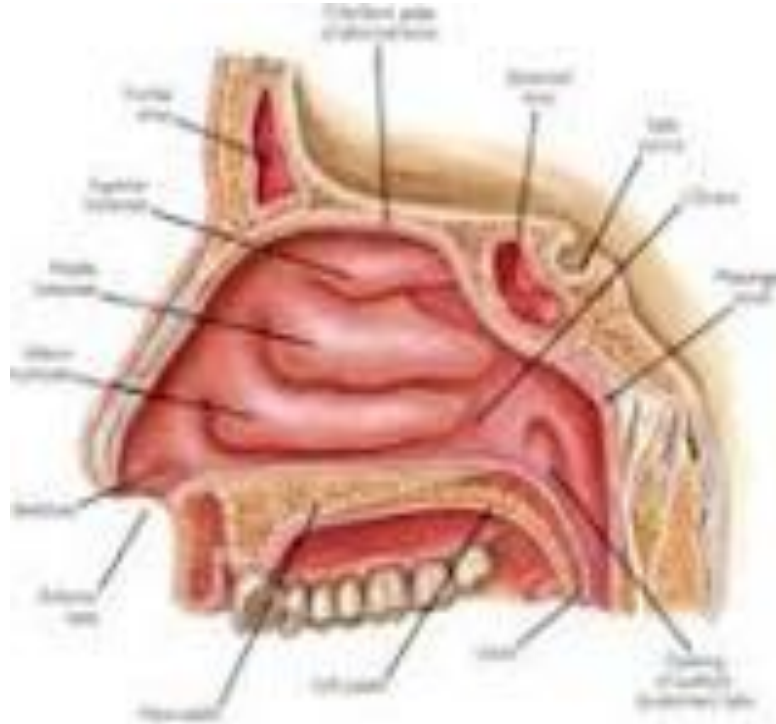


## ΥΠΕΡΤΡΟΦΙΑ ΡΙΝΙΚΩΝ ΚΟΓΧΩΝ



### Τι είναι οι ρινικές κόγχες;

Οι Ρινικές κόγχες είναι οστικές δομές μέσα στη μύτη σας που καλύπτονται από τους βλεννογόνους. Ενεργούν ως θερμαντικά σώματα στη μύτη σας, υγραίνουν , θερμαίνουν και καθαρίζουν τον ατμοσφαιρικό αέρα από

Διάφορες ανεπιθύμητες ουσίες και παρεμποδίζουν ξένα σώματα να εισέλθουν στον αναπνευστικό σωλήνα. Είναι πολύ ευαίσθητες σε αλλεργίες και ερεθισμούς, όπως την σκόνη.

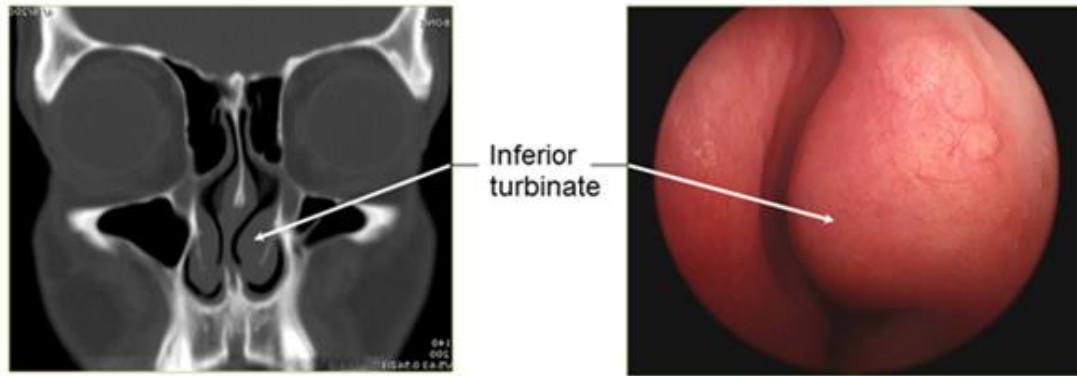
Υπάρχουν τρία ζεύγη των ρινικών κογχών:

- κάτω ρινική κόγχη
- Μέση ρινική κόγχη
- ανώτερη ρινική κόγχη

### **Αιτίες υπερτροφίας των ρινικών κογχών**

Η βλεννώδης μεμβράνη που καλύπτει τις ρινικές κόγχες μπορεί να συρρικνωθεί ή να πρηστεί με ερεθίσματα που μεταβάλλουν τη ροή του αίματος, όπως όταν είμαστε ξαπλωμένοι, ορισμένα τρόφιμα, ή αλλεργίες, φάρμακα, ορμόνες, και λοιμώξεις μπορεί να επηρεάσουν τη ροή του αίματος και ως εκ τούτου να προκαλέσουν διόγκωση των κογχών.

Όταν οι ρινικές κόγχες διευρύνονται, εμποδίζουν την αναπνοή και υπάρχει έντονη αίσθηση συμφόρησης. Οι κάτω ρινικές κόγχες, που αποτελούν και το μεγαλύτερο ζεύγος, είναι συχνά η πηγή των αναπνευστικών προβλημάτων. Όταν οι κάτω ρινικές κόγχες διογκώνονται, αυτό αναφέρεται ως υπερτροφία κάτω ρινικών κογχών



Χρόνιες αλλεργίες χωρίς θεραπεία μπορεί να οδηγήσουν σε συμπτώματα ρινικής απόφραξης των αεραγωγών, συχνά προκαλώντας υπερτροφία των κάτω ρινικών κογχών

Η διάκριση μεταξύ συμπτωμάτων αλλεργίας και υπερτροφίας κάτω ρινικών κογχών μπορεί να είναι δύσκολη, ειδικά για εκείνους που έχουν για μεγάλο χρονικό διάστημα συμπτώματά τους. Αιτίες της υπερτροφίας, που οφείλονται σε αλλεργία περιλαμβάνουν και τα ακόλουθα:

- Λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού
- Αλλεργική ρινίτιδα
- Αγγειοκινητική ρινίτιδα
- Φάρμακα
- Ορμόνες
- Μεταβολές στη θερμοκρασία

## ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

Τα συμπτώματα μπορεί να κυμαίνονται ανάλογα με το πόσο σοβαρή είναι η υπερτροφία, αλλά τα πιο κοινά συμπτώματα περιλαμβάνουν:

- Η ρινική συμφόρηση
- Πόνο προσώπου
- Πίεση στη μέτωπο-ρινική περιοχή (συμβαίνει όταν η μύτη έχει μεγάλες ποσότητες βλέννας)



*Οι περιοχές γύρω από τη μύτη και τα μάτια συνδέονται συνήθως με την αίσθηση της πίεσης, της κυκλοφοριακής συμφόρησης, και δυσφορίας*



*Πολλοί άνθρωποι με υπερτροφία κογχών έχουν ήπιους έως σοβαρούς πονοκεφάλους.*

### Διάγνωση

Η διάγνωση της διευρυμένης **κάτω ρινική κόγχης** μπορεί να γίνει από το γιατρό σας με μια λεπτομερή αξιολόγηση των συμπτωμάτων σας και ρινική εξέταση. Ο γιατρός σας μπορεί να εκτελέσει μια διαδικασία στο ιατρείο, που ονομάζεται ρινική ενδοσκόπηση για να διαγνώσει την αιτία της ρινικής απόφραξης σας.



Μετά από την διάγνωση, ο γιατρός σας μπορεί να συζητήσει τις επιλογές θεραπείας . Αν οι ρινικές κόγχες είναι πρησμένες, ο γιατρός σας μπορεί να συστήσει φαρμακευτική αγωγή, η πιο κοινή μορφή θεραπείας που χρησιμοποιείται για τον έλεγχο τις υπερτροφίας των κάτω ρινικών κογχών . Για πολλούς ασθενείς, τα φάρμακα μπορούν να βοηθήσουν στη μείωση του μεγέθους των κογχών και μπορεί να συμβάλλουν ι στη βελτίωση της ρινικής απόφραξης τους.

Ρινικά αποσυμφορητικά, (π.χ. ρινικά σπρέι) και αγωγή από του στόματος, είναι αποτελεσματική για να μειωθεί η συμφόρηση. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι τα ρινικά σπρέι, ενώ είναι αποτελεσματικά, μπορεί να οδηγήσουν σε ενδεχόμενη επιδείνωση των συμπτωμάτων απόφραξης σε περίπτωση υπερκατανάλωσης. Φάρμακα όπως η οξυμεταζολίνη ή η φαινυλεφρίνη μπορεί τελικά να οδηγήσουν σε εξάρτηση από τα ρινικά σπρέι, φαινόμενο που ονομάζεται φαρμακευτική ρινίτιδα.

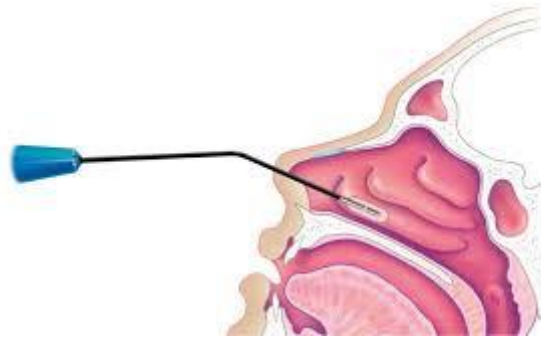


*Σχήμα 4: Τα Ρινικά σπρέι είναι μια κοινή θεραπεία για συμπτώματα αλλεργίας, αλλά μπορεί να οδηγήσουν σε επιπλοκές όπως υπερτροφία κογχών.*

Εάν έχετε ενοχλητικά συμπτώματα, ακόμη και μετά τη χρήση φαρμάκων, μπορεί να είστε υποψήφιος για χειρουργική επέμβαση για να συρρικνωθεί το μέγεθος των ρινικών κογχών σας.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να συρρικνωθεί το μέγεθος των κογχών. Η χειρουργική επέμβαση ονομάζεται συνήθως συρρίκνωση κογχών ή κογχοτομή. Σε πολλές περιπτώσεις, συνδυάζεται με τον ευθιασμό σκολίωσης ρινικού διαφράγματος. Είναι σημαντικό η κόγχη να μην αφαιρεθεί εντελώς επειδή απομάκρυνση της, μπορεί να οδηγήσει σε πολύ ξηρό αέρα και σχηματισμό κρουστών στη μύτη. Με την απουσία στροβιλισμών ο αέρας που αναπνέουμε δεν μπορεί να υγρατοποιηθεί επαρκώς και να θερμανθεί.

Μπορείτε να ακούσετε πολλούς διαφορετικούς όρους που χρησιμοποιούνται όταν πρόκειται για χειρουργικές επεμβάσεις στις κόγχες. Όπως καυτηριασμό, Coblation, μείωση με ραδιοσυχνότητες, microdebrider εκτομή, και μερική εκτομή. Όλα αυτά αναφέρονται σε διαφορετικές μεθόδους για τη μείωση του μεγέθους των κογχών. Μερικές από τις καλύτερες μεθόδους βασίζονται στην συρρίκνωση των κογχών χωρίς αφαίρεση της κόγχης ή του ιστού. Αυτές οι μέθοδοι περιλαμβάνουν καυτηριασμό, Coblation, με την βοήθεια ραδιοσυχνοτήτων (RF).



Άλλη επίσης αξιόπιστη χειρουργική τεχνική είναι η υποβλεννογόνια εκτομή. Αυτό σημαίνει ότι ο βλεννογόνος των κογχών μένει ακέραιος, αλλά ένα μέρος των εσωτερικών των κογχών αφαιρείται. Μερικές φορές, η εκτομή

μπορεί να πραγματοποιηθεί με μια συσκευή που ονομάζεται microdebrider. Αυτή η συσκευή επιτρέπει στον χειρουργό να αφαιρέσει το εσωτερικό της κόγχης μέσω ενός μικρού ανοίγματος της.



Αν και σπάνια, ο ιστός των κογχών μπορεί να αυξηθεί εκ νέου μετά την χειρουργική επέμβαση και η διαδικασία μπορεί να χρειαστεί να επαναληφθεί. Σε πιο σοβαρές περιπτώσεις, ένα μεγαλύτερο μέρος των κογχών, που περιλαμβάνει το οστέινο τμήμα, μπορεί να αφαιρεθεί εάν είναι απαραίτητο.