**ПРИЧИНЫ НАСМОРКА И ЗАЛОЖЕННОСТИ НОСА**



Как известно, весна - время обострения многих хронических заболеваний, а также простуд и аллергий. И при появлении заложенности носа не знаешь, что и думать - то ли развился гайморит, то ли появилась аллергия, то ли опять где-то просквозило. Как определить, что стало причиной насморка? Поговорим на тему причины насморка и заложенности носа.

  Казалось бы, насморк - явление безобидное. Но если он не проходит неделями, это не только сказывается на самочувствии, но и ухудшает качество жизни в целом. Заложенность, выделения из носа - если эти симптомы стали вашими постоянными спутниками, либо появляются с завидной регулярностью, врачи говорят о хроническом состоянии. Вот только о каком? В чем причина - аллергия на новый ковролин в офисе, постоянное применение назальных спреев? А может, на фоне первичного ринита у вас развивается гайморит? Распознайте врага, и вы с ним обязательно справитесь. Под хроническим насморком понимают несколько различных состояний слизистой оболочки полости носа, и в числе которых аллергический ринит, хронический катаральный, гипертрофический, вазомоторный ринит и многие другие. Каждое из этих состояний имеет свои причины и клинические проявления.

**Аллергический ринит**

  Аллергический ринит представляет собой хроническое состояние. Он может быть как сезонным, так и круглогодичным. В последнем случае он будет проявляться как хронический насморк. Причины его могут быть различными, в том числе и обусловленными наследственными факторами. Хронический аллергический ринит чаще всего вызывают «домашние» аллергены: инфекционного происхождения, пылевые клещи, плесневые грибы. Вероятность того, что ваш организм на них отреагирует, косвенно связана с такими факторами, как нарушение обмена веществ, функциональные нарушения желудочно-кишечного тракта, а также деформация носовой перегородки. Отличительной особенностью аллергического ринита является частое чихание. Выделения из носа и заложенность - водянистые и прозрачные. Дышать через нос трудно, и к ночи состояние ухудшается. При отсутствии лечения симптомы могут со временем усугубиться. И к ним могут прибавиться кашель, першение в горле, раздражение кожи в области крыльев носа и над верхней губой, головная боль, носовые кровотечения. Также возникают симптомы конъюнктивита: поражения слизистой глаз.

**Диагностика и лечение**

  Хронический аллергический ринит может сопровождать вас круглогодично, но его обострение весной наиболее вероятно. Это связано с тем, что весной в воздухе резко возрастает количество аллергенов - пыли и пыльцы цветущих растений. В отличие от вирусного и бактериального ринитов, аллергический насморк, как правило, протекает без повышения температуры и симптомов интоксикации. В борьбе с ним важна профилактика - пациентам стоит избегать помещений с повышенным содержанием аллергенов, чаще проводить влажную уборку, ограничить контакт с животными, промывать полость носа солевыми растворами. Следующий шаг - медикаментозное лечение, которое сегодня включает антигистаминные препараты последнего поколения и очень эффективную группу лекарств - интраназальные гормоны-кортикостероиды.

**Гайморит**

  Гайморит (один из видов синуситов) - это воспаление околоносовых пазух, довольно часто встречающееся осложнение ринита или вирусных заболеваний, например, гриппа. Гайморит развивается, если одно из указанных острых заболеваний не проходит длительное время или если они повторяются несколько раз в течение 2-3 месяцев. Этому могут способствовать, в том числе особенности строения носа, мешающие оттоку жидкости из пазухи. Для гайморита характерны гнойные выделения из носа, возможен неприятный запах (который иногда ощущает и сам больной), нарушение обоняния, частые головные боли. Симптомы хронического гайморита могут быть неярко выраженными и проявляться в виде обычного насморка, сопровождающегося периодическими головными болями, а также болями в области глазниц и при моргании. Чем раньше будет диагностировано заболевание, тем легче его лечить и тем благоприятнее будет прогноз. В запущенных случаях воспаление усугубится, может перейти на глаза и начать проявляться в виде утренней припухлости век и конъюнктивита.

  Весной острый ринит как самостоятельный симптом или одно из проявлений простуды или гриппа возникает довольно часто. Он развивается на фоне переохлаждения или того, что на слизистую носа попадает инфекция, и, как правило, бесследно проходит всего за семь дней. Если же насморк беспокоит вас довольно часто и не только весной, при этом его не берут обычные спреи, значит, заболевание стало хроническим. Чтобы победить такой ринит, необходимо определить, какая из его разновидностей вас преследует, найти причину и верное лечение.

**Катаральный (простой) ринит**

  При этом рините отек слизистой оболочки носа возникает из-за нарушения в ней кровообращения. Главной причиной развития хронического катарального ринита является постоянно повторяющийся острый ринит. При данной форме ринита симптомы наименее выражены. Они схожи с симптомами обычного насморка, только затянувшегося по времени. Основные из них - затрудненное дыхание и выделения из носа, которые усиливаются, когда человек находится на холоде, и могут практически отсутствовать при благоприятной погоде. Диагностика и лечение. В этом случае важно обследоваться, чтобы выяснить, не являются ли выделения из носа следствием заболевания его пазух, то есть синуситов. Лечение, как правило, медикаментозное (мази, капли, промывания солевыми растворами) плюс физиотерапия.

