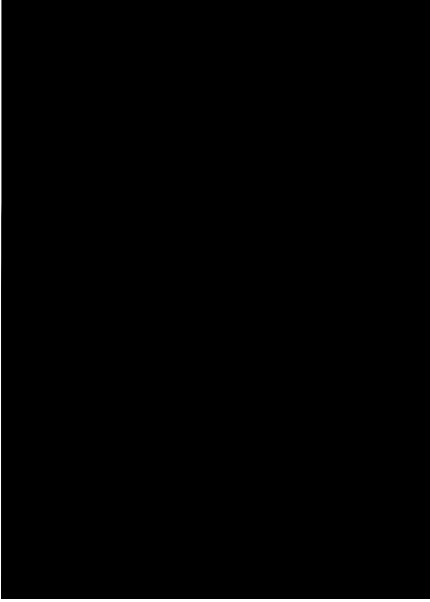


BURUN AKINTISI CİDDİ HASTALIKLARIN HABERCİSİ OLABİLİR



thi – Genellikle soğuk algınlığından kaynaklandığı düşünülerek geçirilen burun akıntısının rengi, kokusu, süresi veya tek taraflı olması farklı hastalıkları işaret edebiliyor. Burun akıntısının 10 günden fazla sürdüğü durumlarda zaman kaybetmeden uzman bir doktora başvurulması gerekiyor. Memorial Hizmet Hastanesi Kulak Burun Boğaz Bölümü'nden Op. Dr. Yalçın Varnalı, geçmeyen burun akıntısı ve alınması gereken önlemler hakkında bilgi verdi.

Vücudu enfeksiyonlardan koruyor

Burun ve sinüslerin içini döşeyen mukozada bulunan salgı bezleri günde 1-1,5 litre civarında salgı üretmektedir. Burun mukozası; yüzeyinde ancak mikroskopla görülebilen ve siliya adı verilen hareketli minik tüyler sayesinde solunan havayı ısıtarak nemlendirmektedir. Bakteri, virüs ve tozları filtre ederek alt solunum yollarına inmelerini engelleyen burun mukozası vücudun enfeksiyonlara karşı korunmasına katkıda bulunmaktadır.

Burun akıntınız duymanızı engelleyebilir

Aşırı üretilen mukus burun- geniz akıntısına, öksürük ve boğazda tahriş hissine yol açabilmektedir. Yaşanan akıntı şeffaf ve sulu olabileceği gibi; yoğun, kokulu hatta kanlı olabilmektedir. Aşırı burun akıntısı; bağışıklık sistemi düşük ve sigara içenlerde sinüzit, bronşit gibi ikincil enfeksiyonlara zemin hazırlayabilmektedir. Yoğunlaşan mukus

akıntısı orta kulakta sıvı birikimi ve orta kulak iltihabı gelişmesine, dolayısıyla kulak ağrısına ve işitme kaybına yol açabilmektedir. Mukus akıntısıyla birlikte görülebilen kronik geniz akıntısı ise geçmeyen öksürüğe ve hatta ses kısıklığına neden olabilmektedir.

Akıntının nedenleri araştırılmalı

Burnu ya da burun içindeki dokuları tahriş eden her şey burun akıntısına yol açabilmektedir. Burun akıntısı yaygın görülmesine ve genellikle kendiliğinden düzelmesine rağmen, daha ciddi sorunların göstergesi de olabilmektedir. Bazı kişilerde herhangi bir neden olmamasına rağmen kronik burun akıntısı görülebilmekle beraber genellikle; sinüzit, alerji, grip, nezle, burun damlasının aşırı kullanımı, burun kemik-kıkırdak eğriliği, sigara kullanımı, madde bağımlılığı, bazı ilaçlar, kuru hava, gebelik, hormonal değişimler, fasulye, bezelye gibi yabancı cisimlerin buruna kaçması, burun içi polipler, burun ve sinüs tümörleri, mesleki astım, akciğer ve solunum yolları enfeksiyonuna neden olan virüsler ile beyin omurilik sıvısının burundan gelmesi (BOS rinore) neden olabilmektedir.

10 günü geçtiyse doktora başvurun

10 günü geçen, ateşin eşlik ettiği, bulanık görmeye neden olan, sarı-yeşil renkli ve koyu kıvamlı, kanlı, kokulu, tek taraflı ya da kafa travması sonrası ortaya çıkan burun akıntılarında zaman kaybedilmeden doktora başvurulmalıdır. Belli bir süre tedaviye rağmen akıntı kesilmiyorsa nedeni belirlemek için; kan ve alerji testleri, burun, boğaz ve balgam kültürü, sinüs grafisi gibi tetkiklerin yapılması gerekmektedir. Muayenede; burun akıntısını ne zaman başladığı, ateş, eklem ve kas ağrılarının eşlik edip etmediği, belli dönemlerde örneğin mevsim dönümlerinde tekrar edip etmediği, gözlerde sulanma, akıntının karakteri, meslek ve hobilerin belirlenmesi önemlidir.

Tek taraflı akıntılara dikkat

Burun akıntılarında tedavi, nedene yöneliktir. Bakteriyel enfeksiyonlar antibiyotiklerle tedavi edilirken, kronik sinüzit, kemik eğriliği ve burun içi et büyümesi gibi yapısal bozukluklar ya da alerjik kişilerde görülen polipler cerrahi bir girişim gerektirebilmektedir. Alerjiye bağlı olgularda antialerjik ilaçlar kullanılırken, alerjenle temas mümkün olduğunca önlenir. Tek taraflı burun tıkanıklığı ve kötü kokulu burun akıntısı; çocuk hastalarda burunda yabancı cisim düşündürürken, yaşlı hastalarda burun ve sinüs tümörü belirtisi olabilmektedir.

Alınması gereken önlemler;

Burun akıntısıyla ilgili doktora başvurana kadar kişinin kendi kendine alabileceği önlemler de bulunmaktadır.

- Sık sık ellerinizi yıkayın.
- Burnunuzu çekin, yutkunun ya da hafifçe sümkürün.
- Bilinen alerjen maddelerle temastan kaçının.
- Sigara içmeyin ve içilen ortamlarda bulunmayın.
- Ani ısı değişimlerine maruz kalmamaya çalışın.
- Yatağınızın baş kısmını hafifçe yükseltin.
- Odanızı nemlendirin.
- Bol miktarda su için ve sıvı alımını artırın. Ancak bu sıvıların şeker içermemesine dikkat edin.
- Serum fizyolojik, okyanus suyu gibi tuzlu sularla burnunuzu yıkayın.