

ЗАЩИТНЫЙ ФИЛЬТР ОРГАНИЗМА

При простуде лимфатические узлы нередко можно прощупать под кожей в виде шишек или горошин. Знакомое многим состояние, которое затем, как правило, бесследно проходит. Но есть и более серьезные причины увеличения лимфоузлов, когда обратиться к врачу требуется обязательно!

Сначала небольшой ликбез. Лимфоузлы, составляющие около 1% от массы тела каждого из нас, — важнейшая часть иммунной системы. Это небольшие образования, построенные из эластичной соединительной ткани, внутри которых накапливается большое количество защитных клеток организма — лимфоцитов и макрофагов. Данные образования расположены группами, реже — одиночно и соединены между собой лимфатическими сосудами. Межтканевая жидкость (лимфа), отекающая от тканей и органов, медленно просачивается через лимфатические узлы, где задерживаются и обезвреживаются бактерии, вирусы, грибы и другие чужеродные частицы, попавшие в организм, а также поврежденные клетки (в том числе раковые). Там же иммунные клетки учатся бороться с инфекцией, а лимфа обогащается антителами. То есть, выполняя роль защитного фильтра для организма, лимфатические узлы являются еще и испытательным полигоном для нашего иммунитета.

Наиболее активно рост лимфатической ткани происходит в детском и

юношеском возрасте, когда организм знакомится с новыми инфекциями. А вот после 50 лет лимфоузлы постепенно начинают уменьшаться. Но даже в норме их размеры сильно разнятся и зависят от их расположения в организме, состояния иммунитета, количества перенесенных заболеваний, возраста, рода занятий и индивидуальных особенностей хозяина. Например, лимфатические узлы на задней поверхности шеи, справа и слева под нижней челюстью и в паховой области можно прощупать практически всегда, их размеры, как правило, от 0,5 до 1,5 см. А узлы, находящиеся в локтевом сгибе или подколенной ямке, обычно столь малы, что найти их довольно сложно.

При заболевании узлы могут увеличиваться в 15 раз и более. Медицинское название этого явления — лимфаденопатия. В большинстве случаев это не опасно и проходит в течение нескольких дней, но иногда требуется лечение.

РАЗБЕРЕМ ПО ЧАСТЯМ

Резкая болезненность и увеличение лимфоузла обычно является результатом воспаления — лимфаденита. Самая распро-

страненная его причина — это местная инфекция. Например:

- Увеличение лимфатических узлов около ушей, на шее, под нижней челюстью часто бывает при простуде, гриппе, наружном или среднем отите, ангине, синусите.

- Увеличение их под мышкой случается при повреждении кожи во время бритья, после травм или операций на руке. Лимфаденопатия под мышкой у кормящей женщины с симптомами застоя молока может говорить о развитии мастита.

- Лимфоузлы в паху принимают лимфатическую жидкость от половых органов, поэтому увеличиваются при мочеполовых инфекциях.

Как правило, лимфаденопатия во всех этих случаях становится второстепенной жалобой, так как более яркими симптомами оказываются: повышение температуры, боль, выраженное общее недомогание. Если вылечить основное заболевание, лимфатические узлы уменьшатся до привычных размеров.

Родители нередко обнаруживают у детей на фоне, казалось бы, полного здоровья слегка увеличенные шейные и поднижнечелюстные лимфоузлы. Не стоит сразу паниковать. Через рот и нос в организм попадают возбудители всех респираторных инфекций, с которыми ребенок еще не знаком. Поэтому лимфатические узлы, отвечающие за защиту этой зоны, часто ока-

зываются больше нормы. Их задача — не допустить развития заболевания, уничтожить и надолго запомнить инфекционного агента. По этой же причине бывает паховая лимфаденопатия, когда молодые люди вступают в период взрослой жизни.

Редкой, но очень опасной причиной подзрительных шишек под кожей является рак. У людей старше 50 лет именно это состояние нужно исключать в первую очередь. При распаде опухоли и развитии метастазов первый удар принимают на себя ближайшие лимфатические узлы: там оседают раковые клетки. При онкологии узлы обычно увеличиваются только с одной стороны тела, становятся твердыми, как камень, иногда спаиваются с окружающими тканями. А вот болезненность в этом случае нехарактерна.

ЕСЛИ УВЕЛИЧЕНЫ ВСЕ ЛИМФАТИЧЕСКИЕ УЗЛЫ

Немного реже встречается генерализованная, или общая, лимфаденопатия, когда увеличиваются несколько или все группы лимфоузлов в организме.

Такое бывает при:

- Кори, краснухе, аденовирусной инфекции, инфекционном мононуклеозе, ВИЧ-инфекции, гепатите В и С, а также некоторых других вирусных заболеваниях.

- Хламидиозе, бруцеллезе, токсоплазмозе, лептоспирозе, геморрагической лихорадке,



энцефалите, боррелиозе и прочих бактериальных или паразитарных инфекциях. Многими из них можно заразиться во время поездок в жаркие страны, при употреблении плохо обработанного мяса диких животных или укусе клеща.

● Ревматоидном артрите, волчанке и других аутоиммунных заболеваниях, когда грубо нарушается работа иммунной системы, и организм начинает отторгать собственные клетки и ткани.

● Лейкозах и лимфомах — злокачественных заболеваниях крови и лимфатической системы. Остальные симптомы могут быть неспецифическими и проявляться незначительно (усталость, слабость, потеря аппетита и веса, быстрая утомляемость, частые простуды).

В этих случаях одновременное увеличение лимфатических узлов в разных частях тела нередко становится первым симптомом серьезного заболевания.

Относительно безобидной причиной генерализованной лимфаденопатии у

взрослых и пожилых людей может быть прием лекарственных препаратов, например, аллопуринола от подагры или лекарств от давления (атенолол, каптоприл, гидралазин).

Увеличение большого количества лимфоузлов у детей может быть связано с аллергической реакцией, врожденной конституциональной особенностью, временной реакцией на прививку.

КОГДА ТОЧНО НУЖНО К ВРАЧУ

✓ Если узел остается увеличенным в течение нескольких недель.

✓ Узел резко болезненный, кожа над ним горячая, красная.

✓ Увеличение лимфоузлов только с одной стороны тела.

✓ Увеличение сразу нескольких групп лимфатических узлов (например, шейных и паховых).

✓ Лимфаденопатия — единственный симптом, никаких других признаков болезни нет.

✓ Узел теряет эластичность и становится твердым на ощупь.

✓ Кажется, что узел спаян с окружающими тканями, невозможно точно определить его границы.

✓ Трудно сдвинуть кожу над лимфоузлом.

✓ Обнаружение лимфатического узла в околоключичной области (часто оказывается признаком онкологического заболевания).

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ?

Для диагностики и лечения лимфаденопатии может понадобиться помощь нескольких специалистов:

➔ терапевта или педиатра (для детей);

➔ инфекциониста — при подозрении на серьезную общую инфекцию;

➔ онколога — чтобы исключить злокачественное образование.

Если появились какие-то сомнения, обратитесь к терапевту. Он проведет первичную диагностику и направит вас на консультацию к врачу нужного профиля. Стандартная диагностика лимфаденопатии складывается обычно из анализов крови, а также исследования лимфатических узлов с помощью

ультразвука, МРТ или КТ. В особых случаях может потребоваться биопсия узла — пункция и забор ткани лимфоузла на анализ. Все эти манипуляции можно пройти бесплатно, по полису ОМС.

Чтобы избежать неприятностей, берегите свое здоровье. Лимфатические узлы — уязвимые для механического воздействия органы, которые не любят значительных колебаний температуры. Поэтому их нельзя массировать, растирать, «вправлять», греть компрессами или охлаждать льдом. Все это может привести к воспалению узла, заставить вас лишиться раз волноваться, бегать по врачам и с замиранием сердца ждать результата анализов. Лимфоузлы — наши защитники, но лучше их не беспокоить! Здоровый образ жизни и разумная профилактика простудных и инфекционных заболеваний помогают лимфатической системе выполнять свою работу без сбоев.

**Наталья
ДОЛГОПолова,
врач-терапевт.**