

## БУДТО КОМ В ГОРЛЕ

*Столкнулась с такой бедой, как увулит. Утром проснулась – в горле стоит ком. В зеркале увидела, что горловой язычок опух, дышать не мешает, горло не болит, глотать не больно, только постоянное ощущение кома в горле. Подскажите, чем лечиться?*

**Наталья Владимировна Баранова,  
Пермский край.**

Нёбный язычок – часть мягкого нёба, конусообразный отросток, который защищает слизистые глотки от воздействия холодного воздуха, предотвращает проникновение болезнетворных бактерий, участвует в формировании речи, играет роль датчика при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути, вызывая немедленный кашель, является «спусковым крючком», вызывая рвоту. На латыни он называется «uvula», а воспалительный процесс в этом месте – увулитом, который может развиваться за считанные часы. Случается, что человек ложится спать без видимых симптомов болезни, а через несколько часов просыпается от дискомфорта в горле.

К симптомам воспаления язычка гортани относятся трудности с дыханием, ощущение того, что в горле присутствуют ком, першение, заставляющее постоянно прокашливаться, активное выделение слюны, осиплость, частые позывы к рвоте. Слюнные железы работают в повышенном ритме. Кашель ухудшает ситуацию, боль нарастает и во время приема пищи. Предрасположенность к патологии имеют люди, у которых удалены миндалины.

Принято считать, что увулит возникает из-за нарушения целостности венозных сплетений, которые находятся в нёбном язычке. Вызвать такое явление может также разрыв сосудов либо проникновение инфекции (золотистый стафилококк, хламидии, вирус герпеса, стрептококк). Как только защитные силы организма ослабевают, инфекции поражают полость рта, горла (нёбный язык). Воспаление развивается после употребления холодных напитков, горячей жидкости или пищи, если происходит ожог нёба, при хронической ангине, травме язычка, возникшей из-за сильного кашля или внезапного чихания, а также при отеке Квинке, астме или крапивнице.

Одна из причин распухшего язычка в горле – длительный контакт с бытовыми, химическими, пищевыми аллергенами. Если он является реакцией на медикаменты, то развивается сразу же после инъекций или приема лекарства. Причиной увулита может стать аллергия на мед, шоколад, цитрусовые.

Прежде чем предпринимать какие-либо действия, важно установить, почему он опухает и чем (каким аллергеном) вызвана болезнь. Поэтому

при первых симптомах болезни обратитесь к ЛОРу. Это принципиально, поскольку подбор лекарства зависит от вида патологии.

Воспаленная увула хорошо видна невооруженным глазом при хорошем освещении: конический отросток опухает и удлиняется. Но язычок редко увеличивается до таких размеров, что человеку становится тяжело дышать. Если диагноз требует уточнений, тогда сдают клинический анализ крови, позволяющий определить характер инфекции (вирусный или бактериальный), а также наличие инфекции в организме. Если заболевание инфекционного характера, в крови будет увеличено количество лейкоцитов, а при аллергическом – увеличение эозинофилов (лейкоцитов). Бактериальный посев из горла на определение микрофлоры показывает тип возбудителя и восприимчивость к антибиотикам. При подозрении на аллергию надо провести аллергодиагностику. При необходимости важны результаты гистологических исследований тканей язычка, рентгена и томографии для исключения онкологии.

Чтобы как можно быстрее устранить дискомфорт, проводится комплексная терапия. Лечение увулита включает обязательные правила: частые полоскания, ингаляции и орошения горла антисептическими растворами, спреями, травяными отварами, соблюдение правил личной

гигиены, использование отдельной посуды, исключение из меню продуктов, которые раздражают горло, отказ от курения и алкоголя, регулярное проветривание и влажную уборку помещений.

Определить, как лечить патологические процессы в горле, может только ЛОР-врач, потому что при приеме неправильно подобранных медикаментов высоки риски развития побочных эффектов на органы дыхания.

При инфекционном увулите назначают антибактериальные (амоксиклав) или противовирусные (арбидол) препараты. Если увулит спровоцирован аллергической реакцией, обязательно устраняют контакты с аллергеном и назначают прием лекарственных антигистаминных препаратов (кларитин, диазолин, фексофенадин, супрастин).

Мочегонные препараты (верошпирон, хлорталидон, фуросемид) помогают снять отек. Чтобы не возникло осложнение дыхания и глотания, рекомендуют глюкокортикостероидные препараты (бетаметазон, гидрокортизон), в состав которых входит противовоспалительный компонент, уменьшающий проницаемость капилляров. Разрешено принимать жаропонижающие, нестероидные противовоспалительные и обезболивающие препараты.

К местной терапии увулита относятся физиопроцедуры – кварц, УФО, а также ингаляции с до-

бавлением **чабреца, зверобоя, сосновых почек, масла эвкалипта, пихты**. Воспаление с налетом хорошо снимает полоскание отваром **ромашки и шалфея**. Используют антисептические спреи (**деринат, каметон, ингалипт**), а также полоскания горла **содовым раствором** (1 ч. ложка соды на стакан воды).

Для лечебных ингаляций готовят отвар на основе **чабреца, эвкалиптового масла и почек сосны**. 20 г почек сосны заливают 1 стаканом воды и кипятят на медленном

огне 30 минут. Затем 10 г чабреца заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 40 минут. Отвар и настой соединяют в одной емкости и добавляют 20 мл эвкалиптового масла. Полученное средство заливают в небулайзер и проводят ингаляции в домашних условиях.

Уменьшают болевые ощущения полоскания отваром и настоем целебных трав:

2 ст. ложки сухих **листьев малины** залить 1 л кипятка и кипятить на малом огне 20 минут. От-

вар охладить, процедить и пить 3 раза в день.

По 1 ст. ложке сухих **трав ромашки аптечной и шалфея** залить 1 л кипятка и настаивать не менее 15 минут. Процедить и полоскать горло 3 раза в день.

Скорость выздоровления зависит от иммунной системы организма, поэтому важно придерживаться правильного рационального питания, пить много жидкости, принимать витаминные комплексы, уделяя особое внимание витамину С.

Какие бы причины ни спровоцировали воспаление язычка, лечение должно быть незамедлительным. Это поможет предупредить асфиксию или некроз тканей в случае подселения к патологическому очагу бактериальной флоры. Соблюдение врачебных рекомендаций, а также правильно подобранные методы терапии помогут быстрому выздоровлению.

**Вера ШИНКАРЕНКО,**  
врач-отоларинголог,  
сурдолог.

## ОТЗОВИТЕСЬ!

Беспокоит слабость. Такое ощущение, что силы просто покидают меня. Чтобы дойти от комнаты до кухни или нормально поесть, мне приходится несколько раз отдыхать. Обращалась к врачам, но они не назвали причину. Очень надеюсь на помощь зожевцев.

**Адрес: Афанасьевой Людмиле Ивановне, 600028 г. Владимир, ул. Лакина, д. 153, кв. 27.**

\*\*\*

Прошу откликнуться тех, кто знает рецепт от пупочной грыжи и камней в почках, в состав которого входит кора лиственницы.

**Адрес: Андреевой Александре Васильевне, 652618 Кемеровская обл., г. Белово, ул. Сенная, д. 88.**

\*\*\*

Несколько месяцев назад, после выхода на пенсию, заболела 70-летняя сестра. Стала терять память: периодически то забывает что-то, то вспоминает. Может быть, кто-нибудь знает народные средства, которые будут эффективны при такой проблеме?

**Адрес: Вельмисевой Нине, 462404 Оренбургская обл., г. Орск, ул. Суворова, д. 16, кв. 28.**

\*\*\*

Я – гипертоник со стажем. В 2012 году перенесла геморрагический инсульт с кровоизлиянием, меня еле спасли. Теперь почти не хожу, передвигаюсь кое-как под руку с

мужем. Также обнаружили артроз тазобедренного сустава. А в марте 2019 года заразились чесоткой. Дома не получается вылечиться, а в больницу не берут из-за пандемии. Помогите, пожалуйста, советами!

**Адрес: Афоной Тамаре, 433775 Ульяновская обл., Кузоватовский р-н, пос. Первомайский, ул. Заречная, д. 2, кв. 2.**

\*\*\*

Как избавиться от кисты Бейкера (кисты подколенной ямки)?

**Адрес: Макаровой Нелли Николаевне, 307153 Курская обл., Железногорский р-н, с. Рышково.**

\*\*\*

Диагноз: пупочная грыжа. Беспокоят слабость, тошнота, боль. Операцию под наркозом не выдержу. Можно ли избавиться от моей болезни без хирургического вмешательства? Кроме того, из-за перенесенного стресса стали сильно выпадать волосы. Как остановить этот процесс? И еще, если знаете рецепт лечения дегтем с молоком, сообщите, пожалуйста.

**Адрес: Евсеевой Галине Михайловне, 140155 Московская обл., Раменский р-н, пос. Электроизолатор, д. 24, кв. 13.**

\*\*\*

Я постоянно мерзну, особенно сильно ощущаю холод в области спины. Беспокоят слабость и упадок сил, проблемы с памятью, бессон-

ница, сильный зуд и жжение кожи головы. Возникают тошнота и диарея. Мышление заторможено, часто появляются негативные мысли. Без причины начинаю нервничать, а когда волнуюсь, все тело дрожит и трясется. Болею уже около 40 лет. Врачи не могут поставить диагноз. Помогите, пожалуйста!

**Адрес: Радельшину Айрату, 453473 Башкортостан, Аургазинский р-н, дер. Балыккуль.**

\*\*\*

Как уменьшить звон и шум в ушах? Страдаю гипертонией и тугоухостью. По рекомендации специалистов принимаю амлодипин, нифедипин, бетастин и винпоцетин. Часто беспокоит бессонница. Врач посоветовал принимать реслип, но он почти не помогает.

**Адрес: Батищевой Маргарите Тихоновне, 399370 Липецкая обл., г. Усмань, пер. Южный, д. 14.**

\*\*\*

Летом у меня обнаружили полип в 12-перстной кишке. Специалист не смог сделать биопсию, сказал, что полип переворачивается и кровит. Велел наблюдать. Очень боюсь, что полип может переродиться в рак. Может быть, кто-то справился с подобной проблемой без операции?

**Адрес: Коноваловой Любови Васильевне, 649219 Алтай, Шибалинский р-н, с. Черга, ул. Чапаева, д. 76.**