

ЛАРИНГИТИС

Припремила: Соња Стојиљковић

Ларингитис је запаљење ларинкса (гркљана) и обично се јавља као део запаљенских реакција дисајних путева а ређе као изолована реакција. Може се препознати по промени пацијентовог гласа који постаје промукао и шкрипуцав.

Ларингитис може бити акутни и хронични (дуготрајни). У већини случајева наступа нагло и не траје дуже од две недеље. Хронична форма је карактеристична за средње животно доба и чешћа је код мушкараца него код жена.

Хронични симптоми могу трајати и дуже од две недеље (по неким ауторима 3 недеље). У овом случају увек се треба обратити лекару. Ларингитис је најчешће лакши облик инфламације међутим ако се не санира на време може изазвати пуно озбиљније проблеме.

Ларингитис је заразан само уколико је проузрокован бактеријском инфекцијом и у том случају је често праћен повишеном температуром, натеченим лимфним жлездама и тешкоћама при гутању. Код деце се често јавља и грозница и јак, надражајни кашаљ.

Шта изазива ларингитис?

- Прехлада или грип (најчешћи узрок)
- ГЕРБ
- Прекомерно викање и „трошење“ гласних жица више него што је уобичајено-спортски догађаји, навијање
- Алергије и пушење цигарета
- Употреба инхалационих стероидних лекова (терапија астме)
- Проблеми са говором или певањем
- Реуматоидни артритис
- Честе инфекције синуса

ГЕРБ је најчешћи узрочник хроничног ларингитиса. Међутим, хронични ларингитис може бити знак да су присутна и пуно озбиљнија обољења као што су оштећење нерава, полипи на гласним жицама, неке врсте карцинома.

Код људи, како старе, долази до нормалне промене гласа јер гласне жице постају тање и опуштеније па би требало нагласити пацијенту да је то нормална појава како би се на време искључила дијагноза ларингитиса.

Који су најчешћи симптоми?

Најчешћи симптоми ларингитиса су промуклопт и шрипуцав глас. Глас може бити дубљи него иначе са повременим прекидима а може доћи и до комплетног губитка гласа. Пропратни симптоми су још и суво грло, кашаљ, проблеми са гутањем.

Увек треба скренути пажњу да озбиљнији и дуготрајнији симптоми могу указивати на присуство озбиљнијег проблема.

Дијагностика ларингитиса

Лекари најчешће почињу са визуелном дијагностиком користећи огледалце којим посматрају гласне жице и напипавањем лимфних чворова. Ларингоскопија се ради у случајевима када лекар жели да осмотри ларинкс под увећањем како би евентуално уочио неку промену која голим оком није видљива. Ларингоскопијом се могу уочити црвенило, иритације, лезије и отоци на гласним жицама.

Уколико лекар приметити суспектне промене може упутити пацијента на биопсију.

Пацијента увек треба упутити оториноларингологу уколико постоје проблеми са гласом који трају дуже од две недеље а не постоји очигледан узрочник за то-алергија, прехлада, пушење.

Како се лечи?

Акутна форма се чешће јавља од хроничне. У већини случајева лечи код куће без специфичне медицинске терапије. Доктор може да размотри укључивање кортикостероида и антихистаминика у терапију како би се олакшали симптоми акутног или хроничног ларингита.

АНТИБИОТИЦИ НИСУ ЛЕКОВИ ИЗБОРА У ЛЕЧЕЊУ ЛАРИНГИТИСА

Пацијентима саветовати одмарање гласа колико год је то могуће. Ако особа мора да говори, саветујте јој да говори тихо али без шапутања. Треба избегавати сувишне разговоре и непотребно подизање тона.

ШАПУТАЊЕ МОЖЕ ДОДАТНО ДА ИЗИРИТИРА ЛАРИНКС

Уколико постоји кашаљ користити сирупе или пастиле за грло. Избегавати искашљавање у мери у којој је то могуће.

Особе које имају проблем са ларингитисом треба саветовати да користе освеживаче ваздуха у просторијама у којима најчешће бораве.

Треба повећати унос течности. Избегавати активно и пасивно уношење дуванског дима.

Ако се зна да је ГЕРБ узрочник ларингитиса, треба се саветовати са изабраним лекаром о увођењу одговарајуће терапије за исти или модификацију већ постојеће уколико се процени да није делотворна.

ИЗБЕГАВАТИ ДЕКОНГЕСТИВЕ ЈЕР МОГУ ДОВЕСТИ ДО СУШЕЊА ГРЛА

Хроничан ларингит може захтевати обимнији третман. Уколико се ларингит упорно враћа због начина на који особа говори или пева, можда би требало исту особу упутити на тренинге технике говора. Ово може помоћи да се промене лоше навике које доводе до упале ларинкса и омогућити ларинксу да брже зацели.

Алармантни симптоми због којих пацијента треба одмах упутити на лекара:

- **Искашљавање крви**
- **Грозница и температура која не реагује на аналгоантипиретике**
- **Тешкоће са гутањем**
- **Паралишући бол у пределу ларинкса**

У озбиљније компликације ларингитиса спадају још и пнеумонија, хронични бронхитис и парализа гласних жица.

Корисни савети у третману ларингитиса

- Неке биљне дроге могу да олакшају стање пацијента са ларингитисом. Грољење чајем од жалфије, еукалиптуса или камилице помаже да се опусти грло. Противупални ефекат ових биљака помаже код смањења отока гласних жица. Слиз коју садржи слез облаже грло и редукује иритацију и непријатност у грлу проузроковану ларингитисом. Чај од босиљка делује антиинфламаторно, па ублажава промуклост и смањује надражај ларинкса. Све поменуте дроге се могу користити и у виду ориблета/лозенги и доступне су у апотекама.
- Код пацијената код којих је присутна промуклост, лозенге/пастиле које хладе (са ментолом, еукалиптусом) и/или садрже локални анестетик могу погоршати промуклост или довести до губитка гласа. Лако испарљиви састојци иритирају гласне жице. Локални анестетик отклања бол, а бол је заштитни механизам од прекомерне употребе гласних жица. Додатно, локални анестетици анестезирају гласне жице, због чега је тешко контролисати глас, што изискује додатно напрезање гласних жица. Уместо њих, треба препоручити лозенге које садрже средства која бубре и облажу слузницу (биљне слози, карбомер, ксантан гума, хијалуронат, пектин и/или глицерин).
- Мед се традиционално користи да смири суво или изиритирано грло. Најчешће се користи у комбинацији са топлим, биљним чајем. Мед НИКАДА не треба давати деци млађој од годину дана.

- Лозенге са цинком могу олакшати симптоме ларингитиса. Увек треба напоменути да цинк у дози вишој од 50мг дневно током дужег временског периода може бити опасан по здравље.

Уколико се посумња на ларингит код беба, родитеље са дететом одмах упутути лекару јер су дисајни путеви код беба веома узани и као такви лако се могу затворити и угрожити бебин живот.