

Sinusite

Na coluna desta edição vamos falar de sinusite. A sinusite não é uma doença complexa, mas pode ser muito incômoda em alguns casos.

Ela consiste numa inflamação das mucosas do seio da face. O seio da face compreende as cavidades no interior dos ossos, que ficam ao redor do nariz, dos olhos e das maçãs do rosto. As mucosas servem para filtrar, umidificar e aquecer o ar que inspiramos, portanto podem gerar um grande problema quando estão comprometidas.

A sinusite é causada por uma infecção ou alergia. Ela é muito associada ao inverno, pois a chance de contrair vírus e sofrer com alergias é mais comum nessa época.

Há dois tipos de sinusite que podemos distinguir: a aguda, que se caracteriza pela curta duração, e a crônica, que tem duração mais longa e constante. Ambas apresentam sintomas como dor de cabeça, nariz obstruído com secreção, cansaço e às vezes febre. A sensação de um paciente com sinusite é a de "cabeça pesada".

O diagnóstico da doença é geralmente feito pelo médico, que analisa o histórico clínico do paciente e por vezes pede um exame de tomografia computadorizada para saber a gravidade do caso.

Normalmente, o tratamento indicado é a inalação e uso de medicamentos vasoconstritores, para ajudar a desobstruir as vias entupidas. Se a causa da sinusite for infecção por bactéria, pode ser receitado um antibiótico. Nos casos crônicos mais graves a solução pode ser através da intervenção cirúrgica.

Para ficar com a saúde em dia o ideal é beber bastante líquido - para deixar o muco dessa área menos denso - e evitar cigarros e ambientes poluídos que podem desencadear ou agravar reações alérgicas. Prestar atenção nesses pequenos hábitos pode fazer a diferença para a manutenção do seu organismo. Fique atento!