

Sinusite: Cos'è e cosa è necessario fare

Con l'arrivo dell'inverno i raffreddori sono frequenti, ma i sintomi scompaiono al massimo in una settimana. Se trascorso questo tempo, i sintomi sembrano peggiorare e, oltre all'ostruzione nasale, allo scolo retronasale di muco e alla perdita temporanea del senso dell'olfatto, compaiono sintomi come dolore acuto nelle aree al di sotto delle sopracciglia, ai lati del naso o sotto agli zigomi e all'arcata dentaria, gonfiore attorno agli occhi, mal di testa e febbre, è molto probabile che si tratti di un episodio di sinusite acuta. Non è detto però che la sinusite compaia solo dopo un raffreddore. Fattori predisponenti alla sinusite sono le allergie, la presenza di polipi nasali, e le anomalie anatomiche del naso, come la deviazione del setto.

Le cause

La causa più comune di sinusite (detta anche rinosinusite in quanto molto spesso sono interessate anche le cavità del naso) è una infezione, virale o batterica (per conoscere la differenza fra virus e batteri, si veda il riquadro finale). A seguito di una infezione delle vie aeree superiori, come ad esempio un raffreddore, si possono infiammare i seni paranasali che sono delle cavità piene d'aria presenti nel volto. L'ispessimento delle mucose causato dall'edema ostruisce i canali di deflusso del muco che finisce con l'accumularsi all'interno di queste aree e ciò provoca una pressione dolorosa sulle ossa del viso, che può interessare anche l'orecchio con parziale sordità. Inoltre, il muco può diventare terreno di coltura per i batteri e l'infezione può causare febbre, stanchezza e malessere generale, gonfiore al volto mentre le secrezioni nasali assumono un colore verde o giallo, indicativo della presenza di pus. L'infezione batterica è potenzialmente più pericolosa e va sospettata se i sintomi persistono per più di 7-10 giorni, periodo entro il quale nel 40-60% dei casi i sintomi della sinusite scompaiono spontaneamente.

I seni paranasali sono rivestiti all'interno da una membrana che produce un liquido molto viscoso (muco) che ha la funzione di mantenere umida la superficie e intrappolare microrganismi e sostanze nocive (es. polveri) che inaliamo con il respiro. I seni sono in comunicazione con le cavità nasali, dove defluisce continuamente il muco prodotto.

Servono per :

- alleggerire il peso del capo;
- fare da cassa di risonanza della voce;
- assorbire le vibrazioni provocate dalla masticazione.

Che fare

In presenza di sintomi che facciano pensare ad un episodio di rinosinusite è sempre necessaria una valutazione medica, in quanto questa malattia può, seppur raramente, provocare gravi complicazioni. Per i primi 7-10 giorni dall'insorgere della malattia la tendenza attuale è quella di utilizzare solo farmaci che agiscono sui sintomi, come il dolore e il senso di naso chiuso. Poiché la maggior parte delle rinosinusiti è di origine virale sarebbe inutile e controproducente assumere

antibiotici. E, anche laddove fosse causata da batteri, può essere opportuno aspettare per vedere come evolve la malattia, vista l'alta percentuale di guarigioni spontanee. Se trascorso questo periodo i sintomi non passano o si ha un aggravamento, il medico allora valuterà l'opportunità di iniziare una terapia antibiotica, normalmente della durata di 10-14 giorni. Il medico, tuttavia, potrebbe decidere di anticipare l'inizio della terapia antibiotica in base alle condizioni generali di salute della persona affetta da rinosinusite acuta e all'evolversi della malattia. In caso di trattamento antibiotico è importante ricordare che, affinché la terapia abbia successo non si deve sospendere l'assunzione prima del previsto, anche se i sintomi sono scomparsi.

Per il trattamento sintomatico iniziale generalmente si utilizzano:

- analgesici (es. paracetamolo, aspirina, ibuprofene), utili per alleviare il dolore e per controllare l'eventuale rialzo della temperatura;
- vasocostrittori in gocce (es. ossimetazolina), da usare per il tempo e alle dosi previste per ogni singolo prodotto, per non andare incontro ad effetti indesiderati come ad esempio l'effetto "rimbalzo", ossia il senso di naso chiuso indotto dalla sospensione del farmaco stesso;
- antistaminici, soprattutto se la persona affetta soffre anche di allergie stagionali, come la cosiddetta "febbre da fieno" (rinite allergica);
- irrigazioni delle cavità nasali con soluzioni saline, un metodo tradizionale che si è dimostrato efficace e privo di effetti indesiderati.

Prevenzione

È importante seguire alcuni semplici consigli per impedire che un banale raffreddore o una rinite allergica si trasformino in rinosinusite, a maggior ragione se si ha la predisposizione a sviluppare la malattia.

- Soffiare il naso con delicatezza, chiudendo una narice mentre si soffia l'altra.
- Utilizzare per qualche giorno un decongestionante orale o in spray, senza eccedere nell'uso.
- Bere abbondantemente per mantenere fluide le secrezioni nasali.
- Se si soffre di rinite allergica, evitare per quanto possibile l'esposizione alle sostanze allergizzanti e parlare con il proprio medico per valutare l'eventuale utilizzo di spray nasali antistaminici.
- Durante tutto il corso della malattia è sempre importante osservare una scrupolosa igiene delle mani, soprattutto se si assistono persone anziane o con un sistema immunitario compromesso.

Polipi nasali: sono escrescenze che si formano all'interno delle cavità nasali e dei seni paranasali. Più frequenti negli anziani e nel sesso maschile, non hanno carattere maligno e sono presenti nello 0,2-2% della popolazione.

Batteri e Virus

I batteri sono cellule viventi autonome, in grado di riprodursi nell'ambiente. Sono visibili al microscopio ottico e hanno misure dell'ordine del micron (millesimo di millimetro). Vengono uccisi (o inibiti nella riproduzione) dagli antibiotici. Esempi di malattie dovute a batteri sono la scarlattina, la pertosse e la maggior parte delle infezioni delle vie urinarie. Le malattie dovute a batteri sono meno frequenti di quelle dovute a virus e sono meno facilmente trasmesse da un individuo ad un altro.

I virus hanno una struttura completamente diversa dalla normale cellula vivente, sono 100 volte più piccoli dei batteri e sono perciò visibili solo con microscopi elettronici. Si riproducono solo all'interno di una cellula vivente, dalla quale prendono le sostanze necessarie per la loro replicazione. Non vengono uccisi né inibiti nella riproduzione dagli antibiotici. Esempi di malattie virali sono l'influenza, il raffreddore, il morbillo, le epatiti.

Microbi, microorganismi e germi sono termini generali usati per indicare forme di vita invisibili ad occhio nudo, senza distinzione della loro natura (virus, batteri, funghi, ecc).

Sani&Informa dicembre 2012.

A cura del Servizio di informazione e documentazione scientifica delle Farmacie Comunali Riunite Reggio Emilia

Farmacie Comunali Riunite Reggio Emilia