

Я Р К А Я И З Д О Р О В А Я

Ж И З Н Ь ★ *Стелечки* 5 (20)

**ЧУДЕСА ТАМ, ГДЕ В НИХ ВЕРЯТ**

Сказочное путешествие в Сергиев Посад



# АНГИНА: лечим, не калечим



Анна Капустина,  
врач-оториноларинголог  
клиники «МедикСити»

«Горло болит!» — так мы характеризуем любую болезнь, которая сопровождается першением, воспалением в горле и хриплым голосом. И относимся к этому симптому так несерьезно, что сами назначаем себе лечение. А зря, ведь боль в горле может оказаться первым признаком опасного заболевания — ангины. Чем она отличается от простуды? Зачем выявлять возбудителя ангины и почему так важно делать это своевременно? Разбираемся в этих и других вопросах.

## АНГИНА ИЛИ ПРОСТУДА?

Ангина, или по-научному острый тонзиллит, — это инфекционное заболевание.

Возбудители ангины — вирусы, грибы и бактерии, проникают в организм воздушно-капельным путем, а затем оседают на миндалинах. Но это вовсе не означает, что при этом у человека со 100%-ной вероятностью разовьется ангина. Сильный иммунитет предотвратит болезнь. Однако опасные инфекции при этом не погибнут — они просто будут выжидать удобного момента, чтобы заявить о себе.

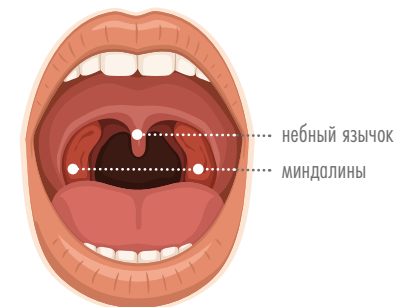
«Холодная вода, которую мы пьем, разница в температурах на улице и в помещении, особенно характерная для зимы, — это те факторы, которые могут снизить местную защиту организма, — объясняет врач-оториноларинголог Анна Капустина. — Как и раздражители, которые регулярно попадают в глотку человека. Например, пыль, дым, шерсть домашних животных. И если на миндалинах уже «живет» возбудитель, начинается воспалительный процесс».

Бактерии стремительно атакуют организм. Потому и особый признак ангины — скорость развития. Болезнь не «раскачивается», а возникает быстро и спонтанно. Появляется острая боль в горле, которая, как правило, усиливается при глотании и отдает в уши. Во многих случаях повышается температура тела — от 37 до 39 и выше, наблюдаются симптомы общей интоксикации, слабость, озноб, головная боль, боль в мышцах. Эти спутники ангины также могут сопровождаться увеличением лимфоузлов — шишек, которые можно нащупать на шее в период болезни.

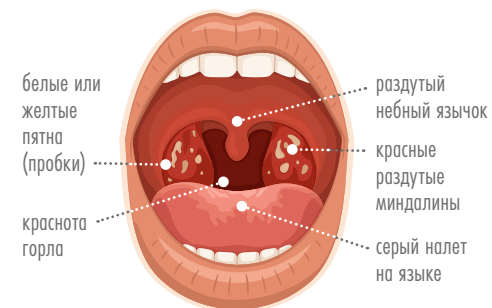
«При заболевании, которое считается обычной простудой, как правило, яркой боли в горле нет. Но присутствует першение, кашель и насморк. При простуде воспалительный процесс локализуется в полости носа, глотке, без выраженных изменений в миндалинах. А при

ангине, в первую очередь, поражаются небные миндалины — они становятся отечными, красными, почти всегда покрываются белым налетом. Именно по этому признаку и можно отличить простуду от ангины», — рассказывает Анна Капустина.

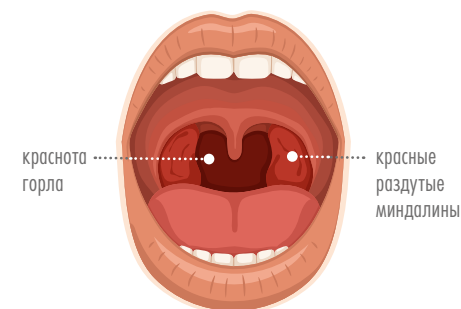
### ЗДОРОВАЯ РОТОВАЯ ПОЛОСТЬ



### БАКТЕРИАЛЬНАЯ АНГИНА

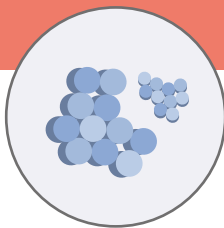


### ВИРУСНАЯ АНГИНА

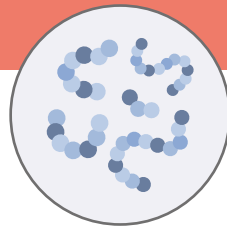


## СТАФИЛОКОККИ И СТРЕПТОКОККИ

Самые частые возбудители ангины — стафилококки и стрептококки — опасные бактерии шаровидной формы.



Шарики стафилококка группируются кучкой, по форме напоминающей гроздь винограда



Шарики стрептококка всегда выстраиваются в цепочки правильной формы

Стафилококки и стрептококки могут вызвать массу различных и очень серьезных заболеваний. А вот когда речь идет об ангине, первые значительно уступают вторым — в 80% случаев причиной ангины становятся именно стрептококки.

Отличить один возбудитель ангины от другого — задача сложная. Но очень важная: как можно лечить то, не зная что?

«Врач осматривает состояние глотки пациента, чтобы оценить степень увеличения миндалин и наличие гнойного налета. Важно, чтобы доктор обратил внимание и на лимфатические узлы в области ушей, шеи и затылка. Но и этого недостаточно. Чтобы определить возбудителя ангины, нужно сдать анализы», — объясняет врач.

Самый быстрый и информативный способ отличить ангину от болей в горле неинфекционного происхождения — это стрептатест. Врач берет мазок с миндалин, зева и других воспаленных зон, а затем помещает его в специальный реагент. Через 7–10 минут можно считать результат.

Выявить возбудителя ангины можно и с помощью бакпосева. Правда, результатов

придется ждать дольше, в среднем 5–7 дней. Врач назначает больному стрептатест или бакпосев, в первую очередь для выявления β-гемолитического стрептококка группы А. Это самый коварный возбудитель ангины, который может вызвать поражение сердца, почек и суставов. И чем раньше будут назначены антибиотики, тем больше шансов избежать негативных последствий.

В некоторых случаях врач может попросить сдать клинический анализ крови. Его результаты, а именно уровень СОЭ, лейкоцитов и лимфоцитов, позволяют понять, каких масштабов уже достиг воспалительный процесс в организме.

**Выбор лекарства, его дозировку, длительность курса должен назначить врач!**

«К сожалению, иногда люди в стремлении поскорее выздороветь сами себе назначают антибиотики, не разобравшись в этиологии заболевания, не сдав анализы. Это приводит к негативным последствиям, а именно к развитию резистентности (невосприимчивости) микроорганизмов. Проще говоря, возбудитель ангины перестает реагировать на антибиотик. А значит, вылечить болезнь будет гораздо сложнее», — говорит оториноларинголог.

## «МИНДАЛЬНЫЙ» ИММУНИТЕТ

Воспаленные миндалины — это неотъемлемая часть любой ангины. При этом удивительно, что эти органы лимфатической системы активно участвуют в формировании как системного, то есть общего, так и местного иммунитета.

«Окончательное развитие лимфаденоидного глоточного кольца, в том числе и небных миндалин, завершается к концу первого года жизни ребенка. У новорожденных и детей в первые месяцы жизни обычно бывают не ангины, а назофарингиты. Но если все же маленький ребенок заболевает ангиной, то она протекает в тяжелой форме», — рассказывает Анна Капустина.

**Наибольшей величины небные миндалины достигают к 5–7 годам. Дети часто болеют в этом возрасте, а потому нуждаются в особой защите. Неслучайно именно в этот период жизни проводятся профилактические прививки, которые не просто защищают от разных болезней, но и мобилизуют лимфоидную ткань на выработку иммунитета.**

С возрастом иммунитет совершенствуется, вырабатываются антитела. Миндалины уменьшаются, и к 16–20 годам сохраняются лишь их небольшие остатки.

С этой особенностью связано то, что чаще всего ангина наблюдается у детей и взрослых до 30–35 лет. Пожилым людям диагноз «острый тонзиллит» ставят значительно реже. И даже если болезнь появляется, протекает она легче, чем у молодых.



## ЗАПУЩЕННЫЙ СЛУЧАЙ

Существует заблуждение, что после перенесенной ангины у больного вырабатывается к ней стойкий иммунитет. Увы, но это не так. Более того, иногда достаточно переболеть всего один раз, чтобы ангина получила статус хронического тонзиллита. Особенно это актуально при стрептококковой этиологии заболевания.

Впрочем, хронический — не значит постоянный. Опасность заключается в другом: каждая новая ангина протекает тяжелее, чем предыдущая. А в запущенных случаях может привести к серьезным последствиям. Все потому, что токсины, которые выделяют возбудители ангины, с током крови и лимфы попадают к различным внутренним органам, нарушают их функционирование.

Всего известно около

# 100

заболеваний,

механизмы которых так или иначе связаны с хроническим воспалением миндалин

Местные осложнения болезни — это отек гортани, острый средний отит, паратонзиллярный абсцесс, гнойный шейный лимфаденит, флегмона шеи, кровотечения. К общим осложнениям относят поражение сердца, почек и суставов, некоторые виды дерматозов — псориаз, нейродермит, системные патологии соединительной ткани: васкулит, полиартрит, дерматомиозит. Ангина может также стать причиной нейроэндокринных расстройств, которые в свою очередь приводят к ожирению или похудению, нарушению менструального цикла у женщин и снижению половой потенции у мужчин.

«Научно доказано, что интоксикация организма при остром тонзиллите также способна ослаблять аккомодационный аппарат глаза, который отвечает за передачу визуальных данных на сетчатку, приспособливает органы зрения к интенсивности освещения, а также изменяет форму хрусталика. Нарушения в работе аккомодационного аппарата приводят к развитию близорукости. Поэтому важной мерой предупреждения близорукости является ранняя санация очага хронической инфекции», — объясняет эксперт.

И добавляет: человек с хроническим тонзиллитом должен быть готов к тому, что его направят на консультацию к окулисту, эндокринологу, дерматологу, пульмонологу или любому другому врачу.

## ПРАВИЛЬНО ПОЛОЩЕМ ГОРЛО!

Полоскание горла содой, солью, йодом или отваром лекарственных трав — самые привычные способы усмирить боль в горле. Именно так, ведь полоскание народными средствами может принести временное облегчение, но не способно справиться с причиной заболевания. Потому эксперт рекомендует всегда делать выбор в пользу антисептиков, которые продаются в аптеках, — они более эффективны против ангины!

Впрочем, и здесь есть одно «но»: чтобы боль в горле утихла, полоскать его надо правильно!



1. Раствор для полоскания всегда должен быть свежим. Нельзя утром его приготовить и использовать весь день! Кроме того, запрещается хранить раствор в холодильнике — это убивает его полезные свойства.



2. Для приготовления раствора используйте теплую кипяченую воду — в ней нет бактерий, которые могут ухудшить воспалительный процесс в горле.



3. Полоскать горло нужно основательно, то есть надо за один раз использовать не менее полстакана жидкости.



4. Набрав воды в рот, полощите горло не менее 5–10 секунд. Сплюньте, сделайте второй глоток. И так — не менее 30 секунд.



5. Горло полоскать лучше через 15–30 минут после еды, когда пища «уляжется» в желудке. Иначе при полоскании появится рвотный рефлекс.



6. После полоскания нельзя пить, есть и курить 30 минут. Иначе нужного эффекта вы не добьетесь. Причем это относится и к спреям, и к таблеткам для рассасывания.

Полоскание горла при ангине полезно не только взрослым, но и детям. Как помочь малышу освоить этот навык?

1. Перед тем как вручить малышу раствор для полоскания, убедитесь в том, что он не будет проглатывать жидкость. Потому тренируйтесь на обычной питьевой воде, затем используйте слабые настои ромашки.
2. Обучайте ребенка в игровой форме. Например, возьмите полиэтиленовый пакет, налейте в него воду и покажите, как она переливается из одной стороны в другую. Предложите малышу повторить этот «фокус» во рту. А затем, когда он освоит навык, научите его полоскать непосредственно горло — сыграйте в увлекательную игру «Кто громче». Наберите в рот воды, запрокиньте голову и произнесите протяжный звук «Ы». Кто громче — тот и победитель!
3. Проявляйте фантазию, поощряйте ребенка. Но помните, что лучший способ чему-то научить малыша — показать ему на собственном примере.



Специальное предложение  
в аптеках «Столички»  
с 1 ноября по 31 декабря

## Предъявителю купона

Тантум Верде  
р-р наруж. 0,15% 120 мл  
РУ № П N014279/03



СКИДКА  
50 р.



Акция действует с 1 ноября по 31 декабря 2020 года. Количество акционного товара ограничено. После предоставления скидки купон изымается у покупателя. В одном чеке возможно использование не более одного купона. Скидки не суммируются. Организатор оставляет за собой право вносить изменения в условия акции. Подробности акции уточняйте у фармацевтов. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО  
ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА.

