

# التهاب الجيوب المزمن

## Chronic Sinusitis

إن التهاب الجيوب المزمن هي حالة التهابية مستمرة لواحد أو أكثر من الجيوب وهي أقل شيوعاً من التهاب الجيوب الحاد ولكن يبدو أنها تأخذ بالشروع أكثر في المجموعات العمرية, وقد تجرب علاجات مختلفة وإن جراحة تحسين تصريف الجيوب هي أحد الخيارات عندما تفشل العلاجات الأخرى وهي عادةً فعالة جداً.

### ما هي الجيوب؟

الجيوب هي فراغات صغيرة مملوءة بالهواء ضمن عظم الخد والجيبة وهي تنتج المخاط الذي يتصرف للأنف عبر قنوات صغيرة.

### ما هو التهاب الجيوب؟

تحدث معظم نوبات التهاب الجيوب بسبب الإلتان وإن التهاب الجيب الفكي (عظم الخد) هو أكثر الجيوب تأثراً.

**التهاب الجيوب الحاد** يعني أن الإلتان يتطور بسرعة (خلال بضعة أيام) ويدوم لفترة قصيرة من الوقت, والعديد من حالات التهاب الجيوب الحاد تدوم لمدة أسبوع أو نحوه ومن النادر جداً أن يبقى 2-3 أسابيع (وهذا أطول من معظم نزلات الزكام) وأحياناً يدوم لفترة أطول, يقال عن التهاب الجيوب بأنه حاد إذا دام من 4 - 30 يوم وتحت حاد إذا دام 4 - 12 أسبوع, إن النوبة الخفيفة من التهاب الجيوب الحاد هي شائعة والعديد من البشر سوف يكون لديهم درجة خفيفة من التهاب الجيوب أثناء الزكام, أما التهاب الجيوب الحاد الشديد فهو غير شائع ومعظم البشر يحصل لديهم فقط نوبة أو نوبتين من التهاب الجيوب الحاد في حياتهم ومع ذلك فإن بعض البشر يحدث نوبات من التهاب الجيوب الحاد المتكرر.

إن **التهاب الجيوب المزمن** يعني أن إلتان الجيوب يصبح مستمراً ويدوم لفترة أطول من 12 أسبوع, إن التهاب الجيوب المزمن غير شائع.

#### كيف يحدث لديك التهاب جيوب مزمن؟

معظم حالات التهاب الجيوب المزمن تحدث بعد التهاب الجيوب الحاد (معظم حالات التهاب الجيوب الحاد تزول خلال 2 – 3 أسابيع وأحياناً أبكر قليلاً وفي بعض الحالات فإن الأعراض لا تزول وتصبح مزمنة) فيما يلي أسباب تطور التهاب الجيوب الحاد إلى مزمن:

**الزكام أو الأمراض الشبيهة بالأنفلونزا:** في معظم الحالات فإن التهاب الجيوب الحاد يحدث بدءاً من الزكام أو الأمراض الشبيهة بالأنفلونزا, فالزكام والأنفلونزا سببها الفيروسات التي قد تنتشر إلى الجيوب وقد يبقى الإلتان فيروسيّاً قبل زواله مسبباً التهاب جيوب فيروسي وفي عددٍ قليل من الحالات قد تضاف الجراثيم إلى الإلتان الذي بدأ فيروسيّاً وهذا يسبب التهاب جيوب جرثومي مما يجعل الإلتان أسوأ ويدوم لفترة أطول وقد يسبب المزيد من الأذية والتغيرات إلى بطانة الجيوب.

**الإلتانات السنّية:** في بعض الحالات ينتشر الإلتان إلى الجيب الفكّي من السن الملتهب.

**عوامل الخطورة الأخرى لإلتان الجيوب:** في القليل من البشر هناك عامل أو أكثر موجود قد يسبب أن تكون جيوبهم أكثر عرضة للإلتان, وإن التهاب الجيوب الحاد أكثر ميلاً للتطور نحو المزمن في حال وجود مشاكل مؤهبة وهذه العوامل تتضمن:

- التهاب الأنف التحسسي (تحسس الأنف) فالتحسس قد يسبب تورم الأنسجة في بطانة داخل الأنف مما تغلق قنوات تصريف الجيوب وهذا يجعل الجيوب أكثر عرضة للإلتان

- إن الأسباب الأخرى لانسداد قنوات تصريف الجيوب مثل بوليبيات الأنف والأجسام الأجنبية داخل الأنف (وخاصةً في الأطفال كالبازلاء والخرزات البلاستيكية) والأذية الوجهية أو الجراحة وتشوهات خلقية محددة.
- الربو.
- الداء الليفي الكيسي.
- ضعف الجهاز المناعي: على سبيل المثال البشر المصابين بفيروس نقص المناعة المكتسب والبشر الموضوعون على علاج كيماوي، فالجهاز المناعي الضعيف يجعلك أكثر عرضة لأي إنتان وإن الإنتانات الفطرية هي أسباب نادرة لالتهاب الجيوب وتحدث بشكل شائع لدى مضعفي المناعة.
- الاضطرابات الالتهابية كحبيوم واغرنر أو الساركويد.
- الحمل لأنه يجعلك أكثر عرضة لالتهاب الأنف.
- عسرة حركة الأهداب الأساسية (متلازمة كارتاغرن).
- أورام الأنف النادرة.
- التدخين.
- السكري.
- استنشاق المواد التي تخرش باطن الأنف (كالكوكائين).
- أذية سابقة للأنف والخدين.

إذا حدث لديك التهاب جيوب مزمن بعد التهاب جيوب حاد فربما يستمر حدوث الأعراض حتى بعد زوال الإنتان (ولهذا السبب فإن علاج التهاب الجيوب المزمن بالصادات الحيوية لا ينفع أحياناً) فبعد أن تثار أولياً بالإنتان قد يكون سبب استمرار الأعراض مجموعة من العوامل على سبيل المثال:

- تصريف سيئ للجيب المصاب فقناة تصريف الجيب قد تصبح مغلقة بشكل تام أو جزئي.
- المخاط المتجمع في الجيب.

- التبدلات الالتهابية لبطانة الجيوب الناجمة عن الإنتان.
- قد يثار الإنتان من وقتٍ لآخر كنتيجة لهذه التبدلات.

أحياناً يمكن للحساسية المستمرة أن تسبب التهاباً في الجيوب وتورماً وانسداداً لقناة التصريف.

ما هي أعراض التهاب الجيوب المزمن؟

إن أكثر عرض بارز هو الأنف المسدود عادةً وقد يحدث واحد أو أكثر من الأعراض التالية:

- سيلان الأنف وقد تكون المفرزات صفراء مخضرة.
- نقص حاسة الشم.
- ألم فوق الجيب المصاب ومع ذلك فإن الألم ليس هو الخاصة الرئيسية في التهاب الجيوب المزمن (بعكس التهاب الجيوب الحاد) وفي العديد من الحالات يكون الألم كشعور بامتلاء الوجه أكثر أو انزعاج خفيف بدلاً من الألم.

إن شدة الأعراض قد تتعاضد وتتضائل وقد تكون سيئة خلال التهاب الجيوب الحاد الأساسي ثم تخف بعدها ولا تكون شديدة وتترك مستوى أرضية من الأعراض (على سبيل المثال قد يكون لديك احتقان أنفي بدلاً من انسداد الأنف بالإضافة لبعض الانزعاج الوجهي) ثم قد تحدث هجمة أخرى من التهاب الجيوب الحاد مما يجعل الأعراض تسوء مرة أخرى، ولتشخيص التهاب الجيوب المزمن يجب أن تكون الأعراض موجودة أكثر من 12 أسبوع.

من الأعراض الأخرى التي تحدث أحياناً تتضمن صداع, نفس كريحه, ألم سني, سعال, شعور بضغط أو امتلاء الأذن والتعب, قد تتضمن الأعراض في الأطفال تهيج وشخير وتنفس فموي وصعوبة التغذية والكلام الأنفي.

## هل أنا بحاجة لأي اختبار؟

يمكن لطبيبك عادةً أن يشخص التهاب الجيوب المزمن بناءً على الأعراض, وربما يسألك ليحدد إن كانت هناك مشاكل مؤهبة تسبب التهاب الجيوب المزمن, على سبيل المثال: الربو, التهاب الأنف التحسسي أو إلتان سني مزمن... إلخ, وقد يفحص الطبيب أنفك للتدقيق في الشذوذات الواضحة أو انحرافات العظام في أنفك وللنظر في أية مشكلة أخرى كالبوليبيات الأنفية.

إذا حدث لديك التهاب جيوب مزمن ولا يعالج بسهولة بالتدابير المباشرة, فقد يقترح عليك طبيبك استشارة أخصائي أذن أنف حنجرة, وقد يقوم الأخصائي باختبارات متنوعة ليرى إن كان هناك سبباً يجعلك معرضاً لالتهاب الجيوب (كالمذكورة سابقاً), على سبيل المثال: طبقي للجيوب أو نظرة مفصلة في جوف الأنف.

## ما علاج التهاب الجيوب المزمن؟

### علاج أي مشكلة مؤهبة

إذا كان لديك سبب مؤهب قد ساهم أو تسبب بالتهاب جيوب مزمن فإن علاجه سوف يساعد عادةً على التخفيف من الأعراض, على سبيل المثال علاج التهاب الأنف التحسسي والإلتانات السنية وعلاج الربو والإلتان الفطري... إلخ.

### تجنب الأشياء التي تسيء لأعراضك

إذا كان لديك التهاب جيوب مزمن وكنت مدخناً فإن الأعراض تتحسن بإيقاف التدخين وهذا مفيد خاصةً إن كان لديك تحسس أيضاً, ويجب أن تعتاد على صحة أسنان جيدة إذا كنت عرضةً لالتهاب الجيوب المزمن لأنه يمكن أن يُسبب بالإلتانات السنية.

إن الغطاسين ذوي مشاكل الجيوب يجب أن يكونوا مدركين للعواقب المحتملة الخطيرة من الأذية الرضية للجيوب (أذية الجيوب الناتجة عن تغير الضغط

عند الغطس), وإن الأذية الضغطية المتكررة يمكنها أن تسبب غلبة الاختلاطات كالإنتان الخطير وأذية أعصاب الوجه والعين وإذا كان لديك التهاب جيوب مزمن وترغب بالغطس فعليك إتباع نصيحة طبيبك.

إن السفر بالطائرة قد يسبب زيادة في الألم إن كان هناك انسداد في قنوات تصريف الجيوب وذلك لأن التغير في ضغط الهواء في الطائرة لا يتعادل بين الجيوب والخارج, وبسبب الانسداد فإن الألم يميل ليصبح أسوأ عندما تهبط الطائرة إلى الأرض.

### العلاج الدوائي

تتضمن أنواع الأدوية ما يلي:

- بخاخات الستيروئيدات أو القطرات المطبقة على مخاطية الأنف, ويوصى بها لكل أنواع التهابات الجيوب لأنها تساعد على التخفيف الالتهاب وقد ينصح بالاستخدام طويل الأمد كثلاثة أشهر وأحياناً إذا كانت الأعراض شديدة قد يقترح العلاج بحبوب الستيروئيدات عبر الفم, ومع ذلك فإن الحبوب أكثر عرضة لإحداث آثار جانبية.
- استخدام مطول من الصادات الحيوية 3 - 4 أسابيع يساعد أحياناً, وهي أفضل ما توصف بعد تقييم شامل من أخصائي الأذن والأنف والحنجرة.
- إن العلاج المضاد للفطور تحتاجه إذا كان لديك إنتان فطري بالجيوب (نادراً).

إذا حدث لديك هجمة من أعراض التهاب الجيوب الحاد على خلفية أعراضك فإن واحداً أو أكثر من الأدوية التالية قد يكون مفيداً:

- المسكنات كالباراسيتامول والإيبوبروفين سوف تخفف عادةً من الألم وأحياناً قد نحتاج لمسكنات قوية كالكودئين لفترة قصيرة من الوقت.

- قد تستخدم بخاخات وقطرات مضادات الاحتقان أحياناً وبإمكانك شراؤهم من الصيدليات, حيث تخفف من انسداد الأنف ولا يجب استخدامها أكثر من 5 – 7 أيام في المرة الواحدة, وإذا ما تم استخدامها لفترة أطول من ذلك فإنها تسبب عودة احتقان أسوأ للأنف.
- إن عصابات الوجه الدافئة الموضوعة فوق الجيوب قد تساعد على تخفيف الألم.
- إن سائل السيروم الملحي الأنفي قد يساعد على التخفيف من احتقان وانسداد الأنف.
- إن الاستخدام القصير للمضادات الحيوية قد ينصح به من قبل الطبيب عند الشك بالإنتان الجرثومي.

## العلاج الجراحي

تستخدم الجراحة أساساً إذا لم تتحسن الحالة بالعلاجات الدوائية السابقة وإن الهدف الأساسي للجراحة هو تحسين تصريف الجيوب المصابة.

وإن أكثر العمليات شيوعاً تدعى جراحة الجيوب التنظيرية الوظيفية FESS والتي تتضمن إدخال الجراح لمنظار ضمن الأنف وهو أداة صلبة ودقيقة تحوي عدسة الرؤية, حيث يسمح المنظار برؤية مكبرة ومفصلة ضمن الأنف, وبإمكان الجراح رؤية فتحات أفنية تصريف الجيوب, ثم يقوم الجراح بإزالة الأنسجة التي تسد تصريف الجيوب المصابة وهذا يحسن تهوية وتصريف الجيب ويساعد على استعادة الوظيفية الطبيعية للجيب, وهذه الجراحة أقل غزواً (تسبب ضرراً أقل) ولديها عادةً أعلى معدل نجاح في تخفيف أعراض التهاب الجيوب المزمن.

هل هناك أية اختلاطات من التهاب الجيوب المزمن؟

إن العيش مع التهاب الجيوب المزمن غير المعالج قد يكون مزعجاً مع أعراض مستمرة, ولكن الاختلاطات الخطيرة غير شائعة ونادراً ما ينتشر

التهاب الجيوب إلى مناطق مجاورة: حول العين والعظام المجاورة وإلى  
الدماغ أو الدم, والأطفال أكثر عرضة للاختلاطات من الكبار وإن تورم  
واحمرار الجفن أو الخد عند الطفل المصاب بالتهاب الجيوب يجب أن يُخبر  
به الطبيب بأقصى سرعة.