**Porady laryngologa**

***PORADY LARYNGOLOGA***

**ZABURZENIA W ZAKRESIE - NOSA - GARDŁA - KRTANI**

**W WIEKU PODESZŁYM**

U ludzi starszych obserwuje się zwiększona częstość naczynioruchowego nieżytu nosa. Przyczyną jest nadreaktywność błony śluzowej nosa, która powoduje wzrost jej przepuszczalności.

Najbardziej typowym zespołem chorobowym będącym zaburzeniem gry naczyniowej jest pojawiający się w wieku starszym „kapiący nos” .

Istotą tego schorzenia jest nadmierna aktywność układu przywspółczulnego. Wspomnieć też trzeba o zaburzeniu powonienia a mniejszym stopniu smaku, co może skutkować niewłaściwym odżywianiem się, pogorszeniem bezpieczeństwa i jakości życia.

Smak może być uszkodzony w każdym miejscu drogi smakowej-od błony śluzowej języka aż do kory mózgowej.

W zakresie dysfunkcji gruczołów ślinowych związanej z wiekiem jedną z najczęstszych dolegliwości jest zasychanie w ustach.

Stwierdza się też wzrost lepkości śliny.

Suchość w obrębie jamy ustnej powoduje zaburzenia gojenia w tkankach okołozębowych, trudności w dopasowaniu i noszeniu protez zębowych ,zaburzenia smaku.

Ulgę tu przynosi nie używanie protez zębowych czy też stosowanie aerozolowych preparatów nawilżających.

W krtani w procesie starzenia się dochodzi do kostnienia chrząstek krtaniowych. Konsekwencją tego jest powstanie tzw. głosu starczego który jest bardziej cichy i ochrypły.

U mężczyzn występują zmiany zanikowe strun głosowych a u kobiet zmiany obrzękowe. Stwierdza się też skłonność do drżenia głosu.

Dość powszechnym zjawiskiem w podeszłym wieku są zaburzenia połykaniu i związane z tym zakrztuszanie się co może prowadzić do powikłań płucnych.

Dochodzi do tego w wyniku osłabienia napięcia mięśni uczestniczących w akcie połykania, ubytku lub braku zębów, zaburzeń w szybkości przewodzenia impulsów nerwowych.

Pieczenie języka może być objawem zmniejszenia wydzielania śliny, niedokrwistości, chorób jelita grubego, cukrzycy, grzybicy, żle dopasowanej protezy.

W przypadku języka bruzdowatego zaleca się dokładne czyszczenie języka szczoteczką do zębów.

Reasumując, nieuniknionym skutkiem starzenia się organizmu jest stopniowe pogarszanie się funkcji wielu narządów. Właściwe postępowanie oparte na zrozumieniu charakteru zmian w obrębie poszczególnych narządów może znacznie poprawić komfort życia, samopoczucie i przynieść ulgę w wielu „wiekowych” dolegliwościach.

*dr n.med. Marek Wróbel /Ś.S.A./*

*Ordynator Oddziału Laryngologicznego*

*Wojewódzkiego Szpitala w Jastrzębiu - Zdroju*