Но он еще может и стать причиной более серьезных осложнений, например, гайморита, который вовсе может привести человека в стационар. Почему же он развивается и как с ним бороться, aif.ru рассказал к.м.н., врач-оториноларинголог высшей категории Владимир Зайцев.

— Нижние носовые раковины у человека работают как некий кондиционер —устройство, компенсирующее в полости носа все внешние проявления —температуру и влажность воздуха, сухим ли он будет или слишком увлажненным, горячим или холодным, грязным или наоборот, чистым. Чем воздух комфортнее, тем носовым раковинам будет лучше дышать. Также значение имеет и то, воспалена ли носовая раковина. Если нет хронического вазомторного ринита, нос отрабатывает на 100%.

Болезненная приправа. ЛОР рассказал, почему соль приводит к насморку Подробнее

Можно, например, сравнить ситуацию с работой сердца. Ели оно здорово, то ему все равно, в каких условиях наожится человек — повышенная или пониженная нагрузка, высокогорье и т.д. Ему даже при сильной жаре не будет плохо. И совсем другая картина, если сердце нездорово. С носом история та же.

Многие ходят с хроническими проблемами носа даже не неделями, а годами, но не считают необходимым это лечить. Это может приводить к неожиданным результатам.

Например, бывает ситуация, когда человек, мучающийся сухостью слизистой носа попадает в увлажненные условия (на побережье), начинает дышать комфортно. А если у кого-то и так отек и воспаление есть в носу, носовые раковины набухшие, то для него слишком влажная среда будет мукой.

То же самое относится к температуре воздуха. Когда при высокой температуре начинает отекать кожа рук и ног и тела. Отекают и носовые раковины, начинаются большие неудобства.

«Сюрпризы» глубин. Как сделать, чтобы моря дарили радость, а не проблемы Подробнее

Развившийся насморк может серьезно отравить отдых. Ведь когда человек не может дышать, да у него еще и течет из носа постоянно, уже не до развлечений.

Кто-то пытается добиться комфорта дома самостоятельно, например, с помощью дыхательных практик. Но это не всегда помогает, — подчеркнул эксперт.

Все права защищены

Оптимальным решением станет посещение врача за пару-тройку недель до отъезда в отпуск. Особенно это важно для тех, у кого нос — слабое место, или есть дети, которые в том числе мучаются аденоидами. Ведь даже банальная заложенность в отпуске легко может перерасти в гайморит, лечить который сложно. Кроме того, он дает такие неприятные симптомы, как головная боль, а иногда и температура.

Как лечиться бесплатно, если вы заболели вдали от дома? Подробнее

Если вовремя посетить врача, он назначит медикаментозную терапию и при необходимости проведет какие-то манипуляции. Это все не больно и достаточно быстро. Зато пациент будет стабилизирован и с насморком путешественника не столкнется. И это будет взвешенным подходом к организации своего отдыха.

Все права защищены