

Ком в горле - причины возникновения и способы лечения

Первое, что приходит на ум при появлении ощущения, что в горле имеется какой-то ком - это простуда. Однако такое ощущение может возникнуть не только при простуде, но и на фоне аллергии, нервного перенапряжения и некоторых серьезных заболеваний.

Многие люди впадают в панику, когда **ком в горле** начинает мешать проглотить слюну или пищу, считая, что причиной его появления может быть рак гортани. Действительно, в настоящее время онкология гортани занимает 25% от количества общих злокачественных опухолей в мире, но редко этот вид рака вызывает сдавливание горла. Поэтому сразу думать, что ком в горле - симптом серьезного онкологического заболевания, неправильно. Рак гортани сначала протекает без явных симптомов, затем появляется осиплость в голосе, кашель и общая слабость, и только потом возникают ощущения наличия кома в горле при глотании и гнойные выделения при кашле.

Чаще всего ком в горле не является серьезной патологией и если причиной его возникновения являются ангина, ларингит, тонзиллит и другие заболевания, вызывающие воспаление аденоидов, то при правильном лечении этих недугов дискомфорт в горле проходит вместе с выздоровлением.



При воспалении гортань опухает и это вызывает затруднения не только при еде, но и приводит к одышке из-за сдавливания трахей. Такие же неприятные ощущения могут появиться и при нарушении работы щитовидной железы, в результате чего происходит увеличение ее узлов и частичное перекрытие дыхательных путей.

Редко комок в горле является сигналом организма о появлении проблем с пищеварительной системой. В этом случае ощущается некое препятствие внутри гортани, а причиной дискомфорта могут быть грыжа пищевода, гастроэзофагальный рефлюкс, новообразования в пищеварительном тракте в области горла. Понять, что ком в горле возник из-за проблем с ЖКТ можно по таким дополнительным признакам, как изжога, боль в желудке и кислый вкус во рту.

Чтобы развеять опасения, при появлении кома в горле, не затягивайте с визитом к лор-врачу. Диагностическое оборудование, которое имеется сегодня в арсенале этих специалистов и такие методы как ларингоскопия жёстким эндоскопом, стробоскопия и фиброларингоскопия позволяют своевременно выявить причину заболевания.

Делать поспешные выводы и начинать принимать лекарства без назначения врача при появлении кома в горле не следует, так как чаще всего дискомфорт при глотании возникает из-за нервных перегрузок, то есть виноваты в его появлении постоянные стрессы и переживания. При сильном психическом напряжении мышцы напрягаются во всем теле, но больше всего страдает от него мышечная группа шеи и плечевого пояса.



Если вы постоянно страдаете бессонницей, переживаете по любому поводу, то мышечное напряжение для вас уже стало привычным и постоянным. Ваше тело до такой степени сковано, что вы уже сами перестали это замечать. По этой причине возникает чувство сильного сдавливания в области шеи, которое и называют комом в горле. На самом деле так ваш организм сигнализирует об усталости из-за постоянного давления перенапряженных мышц.

Чтобы определить причину возникновения кома в горле, после осмотра у лор-врача, необходимо сдать анализы крови и мочи, мазок из зева, пройти УЗИ щитовидки, а при необходимости еще и сделать КТ, МРТ шейных позвонков. Если ком в горле возникло из-за воспаления гортани, врач

назначает медикаментозное лечение.

Если причиной появления комка является нарушение работы щитовидной железы, рекомендуется принимать препараты содержащие йод или гормоны. В случаях, когда появлению дискомфорта в горле способствовала проблема с шейными позвонками, дается направление на прохождение лазерной и мануальной терапии, а дома необходимо выполнять специальную лечебную гимнастику.

Пациентам, у которых причиной появления кома в горле являются нервные расстройства, назначаются антидепрессанты и транквилизаторы. В случаях, когда проблема возникла из-за нарушения работы органов ЖКТ, необходимо соблюдать специальную диету. При диагностировании рака гортани пациента срочно направляют на операцию или химиотерапию. Пытаться избавиться от кома в горле самостоятельно, следуя советам народных целителей не нужно. Лучше не затягивать с обращением к врачу, иначе могут возникнуть осложнения, и вылечить болезнь будет уже труднее.

Для предотвращения появления кома в горле необходимо своевременно лечить заболевания органов дыхательных путей, щитовидной железы и органов ЖКТ, отказаться от курения и распития спиртных напитков. И главное, не допустить нервного перенапряжения. Ведь не зря говорят: "Все болезни от нервов!". Спать надо не менее 7 часов в сутки, ежедневно гулять на свежем воздухе, каждое утро делать утреннюю гимнастику и не нервничать по пустякам. Помните, наша нервная система очень уязвима и при регулярном недосыпании и стрессах она дает сбой в работе, цена которых - хронические болезни и существенное снижение качества жизни.

*Заведующая 2-м терапевтическим
отделением Дерябина О.П.*