

УХОД ЗА НОСОВОЙ ПОЛОСТЬЮ ВО ВРЕМЯ ПРОХОЖДЕНИЯ РЕСПИРАТОРНОЙ ТЕРАПИИ

Одна из задач носа состоит в том, чтобы фильтровать и согревать вдыхаемый воздух. Здоровая слизистая оболочка носа явно снижает риск возникновения респираторных заболеваний.

Такие виды респираторной терапии, как **СиПАП** и **БиПАП**, особенно в начале курса и в зимний период могут вызвать неприятные ощущения в носу: заложенность, сухость, чихание, стекание слизи в горло или обильный насморк. Иногда может появляться также сухость во рту. По ночам увлажнитель, подключаемый к прибору, предотвращает пересыхание слизистой носа, однако днем Вам, возможно, понадобится увлажняющий спрей, который можно использовать по необходимости или регулярно. **КИСЛОРОДОТЕРАПИЯ** также может вызывать пересыхание слизистой оболочки носа, образование корочек и кровотечение.

В первую очередь для снятия симптомов можно попробовать использовать приведенные ниже препараты, которые можно приобрести в аптеке без рецепта. Врач может назначить Вам лекарственный препарат для регулярного использования, его следует применять согласно выданным инструкциям.

Препараты, увлажняющие слизистую оболочку:

- Препараты на водной основе (например, спреи для носа **Erisan** и **Humidose**) увлажняют слизистую оболочку, размягчают засохшие выделения и уменьшают образование корочек, что снижает заложенность носа
- Препараты на масляной основе (например, спреи для носа **Nozoil**, **A-vita**, **Naso-seesamöljy**, **Dexpanthenol**) увлажняют, лечат и предохраняют слизистую от пересыхания, а также способствуют ее восстановлению
- обычное растительное масло также подходит для увлажнения слизистых оболочек носа и рта

Сосудосуживающие препараты:

- Временно снимают воспаление слизистой носа и заложенность, тем самым облегчая дыхание (например, спреи для носа **Nasolin/Naso-Ratiopharm/Otrivin/Vick**) **НЕ ПОДХОДЯТ ДЛЯ ДЛИТЕЛЬНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**, максимум 10 суток.

При более серьезных симптомах для лечения воспаления слизистой оболочки можно попробовать **кортизонсодержащие спреи для носа**, на которые должен быть выписан рецепт. Эти спреи рассчитаны на регулярное использование, лечебный эффект достигается после 1-2 недель применения.

Промывание носа - это процедура, в ходе которой с помощью специальной лейки слегка подсоленная вода температуры тела перетекает из одной ноздри в другую через придаточные пазухи. Промывание носа увлажняет и очищает слизистые оболочки носа.

Лейки для промывания носа можно приобрести в аптеке.

От сухости во рту можно использовать растительное масло или увлажняющий гель, который можно приобрести в аптеке (например, гели **Xerostom** или **Oralbalance**).

Для устранения следов на коже спинки носа можно попробовать, например, гибкие раневые повязки Duoderm или **Cutinova**.