



Яна Корін,
лікар загальної практики — сімейної
медицини КНП Броварської міської ради
Броварського району Київської області
«Броварський міський центр первинної
медико-санітарної допомоги»

КОМЕНТАР ЕКСПЕРТА

Чи завжди аносмія — симптом COVID-19

В умовах пандемії втрата нюху для всіх — симптом COVID-19. Утім це не завжди так. Лікар загальної практики — сімейної медицини розповість про причини аносмії та методи її лікування. Поділіться коментарем із колегами та батьками вихованців, бо за коронавірусною хворобою встигли забути про інші

Справді, більшість хворих на коронавірусну хворобу відзначають втрату чи зниження нюху та/або смаку. За ГРВІ вони виникають внаслідок набряку слизової оболонки носа. Набряк блокує нюхові рецептори, відтак вони не сприймають запахи. При цьому нюх знижується поступово, а відновлюється — щойно набряк зменшиться.

За коронавірусної хвороби нюх втрачається чи знижується раптово на третій — п'ятий день захворювання, навіть якщо немає нежитю й набряку слизової оболонки носа. Вірус SARS-CoV-2 блокує передачу імпульсів від нюхових рецепторів до кори головного мозку, тому мозок не ідентифікує запах. Нюх відновлюється повільно, протягом кількох тижнів, а іноді й місяців. Це залежить від місця ураження нюхового аналізатора. Якщо це рецептори, то чутливість до запахів повернеться за півтора місяці, якщо кора головного мозку — за 6—12. При цьому на швидкість відновлення впливатимуть хронічні захворювання, паління, імунітет.



Відчуття смаку пов'язане з нюхом. Якщо ми не відчуваємо запаху, то смак страви видається іншим. Зникне смак за коронавірусної хвороби чи ні — залежить від особливостей організму та ступеня ураження нюхових рецепторів.

Щойно ви помітили аносмію, зробіть тест на COVID-19. За позитивного результату звер-

ніться до лікаря загальної практики — сімейної медицини, за негативного — до лікаря-отоларинголога. Він з'ясує причину й за потреби спрямує вас до іншого фахівця. Окрім коронавірусної хвороби, втрату нюху можуть спричинити:

- риносинусит;
- поліпи в носовій порожнині;
- атрофічний і алергійний риніти;
- хвороба Альцгеймера;
- цукровий діабет;
- гормональний дисбаланс, зокрема у вагітних;
- черепно-мозкова травма.

Рідко аносмія свідчить про пухлину мозку або носової порожнини. На нюх також впливають лікарські засоби, якщо їх тривало використовувати або зловживати ними. Наприклад, судинозвужувальні краплі, інгібітори АПФ*, гормони.



З віком людина відчуває запахи гірше, навіть якщо здорова.

Окрім лікування, яке призначить лікар, щоб відновити нюх, робіть аромагімнастику. Підготуйте ефірні олії з інтенсивним і легко впізнаваним запахом. Наприклад, троянди, евкаліпта, гвоздики, лимона. Протягом 30 с вдихайте кожен аромат. Повторюйте щодня двічі-тричі на день. Науковці стверджують, що за пів року таких тренувань нюх повертається в 90% випадків. 🍏

* Інгібітори АПФ — блокують дію ангіотензину II. Це розслаблює кровоносні судини та знижує артеріальний тиск. — Прим. авт.