



МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ: МЕНЬШЕ БОЛЕТЬ И ДОЛЬШЕ АКТИВНО ЖИТЬ ПОМОЖЕТ ВАШ ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР «ЭДАС»!



ПРОБЛЕМЫ НОСОВОГО ДЫХАНИЯ ПРИ COVID-19

Ответы врача на актуальные вопросы



Потеря обоняния – самый безболезненный, но далеко не самый безобидный спутник вируса SARS-CoV-2. При коронавирусной инфекции у части пациентов пропадает обоняние, и для большинства людей это очень серьезная проблема, ведь восприятие мира без запахов становится совершенно иным. В интернете описано множество способов возвращения запахов, равно как и информации о том, что из-за ковида можно потерять обоняние навсегда. О том, из-за чего это происходит, можно ли ускорить процесс восстановления обоняния и как это сделать, мы поговорили с врачом-консультантом АКЦ «ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР» Артёмовской Натальей Владимировной.

Отсутствие обоняния, или anosmia, – это один из ранних симптомов коронавирусной инфекции, причем в некоторых случаях у пациентов с лёгкой формой коронавируса потерей обоняния иногда всё и ограничивается. Но даже в таких случаях при нетяжелом течении заболевания требуется адекватное лечение и профилактика дальнейших возможных осложнений.

Почему у больных коронавирусом пропадает обоняние и когда оно вернется? Слизистую оболочку носа выстилает обонятельный эпителий площадью около 5 см², в котором находятся рецепторы веточек обонятельного нерва. Они воспринимают информацию о запахах и передают её в соответствующий центр коры головного мозга, где она обрабатывается. Когда вирус поражает этот эпителий вместе с нервными окончаниями, мы перестаём чувствовать запахи. В этом, кстати, особенность anosmia при коронавирусе – при других ОРВИ мы плохо различаем запахи из-за отека слизистой, а не из-за поражения мелких нервов. Но подобное состояние зависит и от некоторых других факторов, и может продолжаться разное количество времени: для кого-то симптом носит промежуточный характер и держится от нескольких часов до 3–7 дней, а для кого-то затягивается на 2–3 месяца. Но есть и пациенты, которые лишаются обоняния на более длительный срок. Имеются статистические данные о том, что anosmia поражает примерно 20% пациентов, заболевших КВИ, к 60% из них обоняние возвращается в течение 3–4 недель и восстанавливается, как правило, полностью. Однако, при тяжелом течении инфекции, возможно неполное восстановление.

Может ли обоняние вообще не вернуться? В течение многих лет в своей практической деятельности врачи наблюдали у пациентов при различных

вирусных респираторных заболеваниях симптом потери обоняния, но это были единичные примеры с самопроизвольным разрешением и, в основном, без осложнений. Симптоматику же коронавирусной инфекции, которая в виде штаммов SARS с нами совсем недавно, врачи наблюдают пока не столь длительное время, и поэтому сейчас сложно сказать, может ли данный симптом остаться с человеком навсегда. Однако, уже известно, что коронавирус поражает не сами обонятельные нейроны (нервные клетки), позволяющие различать запахи, а клетки, обеспечивающие их метаболизм (обмен веществ). То есть, раз сами нейроны не повреждаются, то они могут продолжить «работать» и обоняние должно вернуться, как только восстановятся функции клеток, их поддерживающих и питающих – как правило, так и происходит. К сожалению, в некоторых случаях у людей, переносящих КВИ, могут измениться еще и вкусовые восприятия и предпочтения или вообще может пропасть ощущение вкуса некоторых продуктов. Важно понимать, что характер поражения вкусовых рецепторов схож с таковым при потере обоняния, и поэтому этот симптом тоже не навсегда.

Можно ли ускорить процесс восстановления обоняния после COVID-19? К сожалению, нет такого лекарства, которое врач мог бы назначить, сказав: «Выпейте вот это – и обоняние вернется»... Но уже понятно, что главное – это нормализация состояния слизистой оболочки, и это будет способствовать тому, что обоняние вернется чуть быстрее, чем если вообще ничего не делать. ЛОР-врачи рекомендуют увлажнение слизистой, элиминационную терапию (промывание носа) и обонятельные тренировки. По показаниям врач может назначить нейротропные витамины группы В, но они нужны не всем, поэтому самолечением заниматься не следует. А вот витамины А и С точно не повредят,

поэтому можно с самого начала заболевания принимать **драже КАСКАТОЛ или КАСКОРУТОЛ**, в которых содержится также витамин Е, усиливающий иммунитет и являющийся антиоксидантом, а в КАСКОРУТОЛЕ еще и рутин (витамин Р), поддерживающий капиллярное кровообращение. Для нормализации состояния слизистой оболочки носа рекомендуется промывание изотоническим раствором морской воды, который можно купить в аптеках. Нужно, чтобы это был именно стандартизированный раствор, и не надо пытаться приготовить его в домашних условиях, как делают некоторые, потому что самостоятельно сложно выдержать правильное соотношение и состав ингредиентов. Не рекомендуется использовать физраствор, потому что в аптеках вместо него часто продают обычный солевой раствор NaCl.

Что такое «обонятельные тренировки»? Ничего сложного – это просто вдыхание и узнавание запахов, которое надо делать, даже если не сразу получается. Единственное ограничение – не применять агрессивные запахи типа нашатырного спирта, потому что они не вернут обоняние, а вот повредить рецепторы могут. Лучше всего использовать эфирные масла. Нанесите пару капель на ватные диски и понюхайте каждое, стараясь узнать и запомнить запахи лимона, пихты, эвкалипта и пр. Когда появится способность свободно различать запахи, перемешайте образцы так, чтобы вы не знали, где что находится, и повторяйте попытки. Ни в коем случае не нюхайте эфирное масло прямо из пучка или тем более не капайте его в нос! Не надо лить и капать в нос всё, что под руку подвернется! Многие пациенты, перенесшие COVID-19, пытаются вернуть себе обоняние, промывая нос чем попало, включая агрессивные антисептики, которые вообще не предназначены для слизистой носа, и в результате получают ожог слизистой оболочки. И еще – не стоит использовать для тренировок различные парфюмы, это многокомпонентные ароматы, слишком сложные для тренировки обоняния.

ВНИМАНИЕ! Если, несмотря на принимаемые меры, потеря обоняния приобретает затяжной характер, то необходимо обратиться к профильному врачу – оториноларингологу.

Что из гомеопатии может помочь восстановлению обоняния? Поддержать общий иммунитет, помочь окончательно победить коронавирус и предупредить присоединение бактериальной инфекции поможет **ПРОПОЛАН ЭДАС-150 капли**, содержащий Эхинацею и настойку прополиса. С самого начала заболевания рекомендуется применять гомеопатические капли для увлажнения и питания слизистой, а также для профилактики аносмии, – это поможет если не избежать потери обоняния, то, по крайней мере, снизить длительность проявления данного симптома. **Масло гомеопатическое ТУЯ ЭДАС-801** обладает противовирусной и антибактериальной активностью и поэтому успешно применяется для лечения ринита и профилактики аносмии при любых ОРВИ, включая коронавирусную инфекцию. Кроме того, за счет масляной основы эти капли способствуют улучшению трофики (питания) слизистой носа и препятствуют повреждению ее клеток. **РИНИТОЛ ЭДАС-131 капли назальные** изготовлены на водной основе и содержат гомеопатические компоненты, включая *Argentum nitricum* (серебро), *Chamomilla* (ромашка) и *Allium сера* (лук) – такое сочетание в каплях обеспечивает их действие в качестве увлажняющего и антисептического препарата.

ОЧЕНЬ ВАЖНО!
Гомеопатические лекарственные средства практически не имеют противопоказаний (кроме индивидуальной непереносимости) и возрастных ограничений, совместимы с другими фармацевтическими лекарствами и отпускаются без рецепта.



АКЦИЯ «100 лет – НЕ ПРЕДЕЛ»
ДЕЙСТВУЕТ ДЛЯ ЧЛЕНОВ КЛУБОВ ЗДОРОВЬЯ «ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР»

В соответствии с планом совместной работы в рамках реализации Соглашения о социальном партнерстве МГСВ и компании «ЭДАС» ветераны имеют право на приобретение препаратов «ЭДАС»

по льготной цене 100 руб.

в аптеке «Природный доктор» на ул. Б. Серпуховская, д. 10/9

**Заявки по тел. 8 800 333-55-84,
8 499 236-45-83**

**пн-пт с 10.00 до 19.00 + суббота – с 10.00 до 17.00
воскресенье и праздничные дни – выходной**