

► **Ακόμα!**  
**ΦΑΚΕΛΟΣ**  
**ΥΓΕΙΑ**  
Τα πάντα  
για τη  
γυναίκα

# People

ΑΘΗΝΑ,  
ΜΑΡΤΙΟΣ  
2015



**Κική Δημουλά**  
**ΟΙ ΕΛΛΗΝΙΔΕΣ**  
**ΠΟΥ ΜΑΣ ΚΑΝΟΥΝ**  
**ΠΕΡΗΦΑΝΟΥΣ**



**ΝΙΚΟΣ**  
**ΚΟΚΚΟΝΗΣ**

**ΠΩΣ ΕΞΩΣΕ ΤΗΝ**  
**AIRFAST TICKETS**

**Eurovision 2015**  
**ΣΤΑ ΠΑΡΑΣΚΗΝΙΑ**  
**ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ**  
**ΤΕΛΙΚΟΥ**

ΜΟΝΟ  
ΣΤΟ  
**People**



ISSN 1792-2909



9 77 1792 290009

# «ΕΚΑΝΑ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΠΟΥ ΜΕ ΚΑΤΑΠΙΕΣΑΝ»

Γιατί αρνήθηκε να παρουσιάσει  
τον ελληνικό τελικό της  
Eurovision, πώς διαχειρίστηκε  
την εποχή που την αμφισβητούσαν  
ως ηθοποιό, τι την κέρδισε στον  
Μιχάλη Χατζηγιάννη.

Πιο  
αυθόρμητη  
από ποτέ, η  
**ΖΕΤΑ**  
**ΜΑΚΡΥΠΟΥΛΙΑ**  
μιλά για όλα

# Γιατί πρέπει να χειρουργείται το ΣΤΡΑΒΟ ΔΙΑΦΡΑΓΜΑ

Το ευ ζην εξαρτάται από την καλή αναπνοή από τη μύτη!



**Α**Ν ΣΚΕΦΤΕΙ ΚΑΝΕΙΣ ΠΟΣΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΘΕΜΑ είναι να αισθάνεσαι ευεξία όλη τη μέρα, σε μια εποχή που οι ρυθμοί είναι σαν το τσουνάμι και συχνά εύχεται κανείς η μέρα να έχει 48 ώρες, τότε πρέπει να αντιληφθεί πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η σωστή και ανεμπόδιστη αναπνοή από τη μύτη, μιας και αυτή είναι ένας από τους πιο καθοριστικούς παράγοντες για τη σωστή οξυγόνωση του οργανισμού.

Η μύτη δεν είναι διακοσμητικό στοιχείο στο πρόσωπο, αν και δυστυχώς μερικοί άνθρωποι ασχολούνται με αυτήν μόνο όταν κάτι τους ενοχλεί αισθητικά. Είναι ένα πολύ σημαντικό όργανο, που φιλτράρει τον αέρα που αναπνέουμε από σκόνες, εισερχόμενους ιούς, μικρόβια, τον θερμαίνει και τον υγραίνει, με αποτέλεσμα να τον στέλνει έτοιμο στους πνεύμονες. Η αναπνοή από τη μύτη είναι η μόνη φυσιολογική οδός αναπνοής, ενώ η αναπνοή από το στόμα είναι καθαρά επικουρική, δηλαδή πρέπει να τη χρησιμοποιούμε όταν λαχανιάζουμε, πνιγόμαστε ή περνάμε κάποιο κρυολόγημα.

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΤΡΑΒΟ ΔΙΑΦΡΑΓΜΑ

Το ρινικό διάφραγμα είναι το διαχωριστικό τοίχωμα μεταξύ των δύο ρουθουνιών και αποτελείται από ένα οστείνο και ένα χόνδρινο τμήμα. Όταν είναι στραβό, εμποδίζει τη δίοδο του αέρα μέσω της μύτης. Αυτό μας κάνει να νιώθουμε ότι δεν μας φτάνει ο αέρας που αναπνέουμε, γιατί δεν καλύπτονται οι ανάγκες του οργανισμού σε οξυγόνο. Το αποτέλεσμα –πέρα από το γνωστό μπουκώμα, το οποίο ο ασθενής συνηθίζει και εξοικειώνεται με αυτό γιατί δεν έχει συγκριτικό μέτρο– είναι να εγκαθίστανται συμπτώματα, όπως κούραση, πονοκέφαλος, συχνός ξηρός βήχας, προβλήματα με τα αυτιά και άλλα.

Έχω χειρουργήσει πολλούς ασθενείς που έπασχαν από κρίσεις πανικού και είχαν στραβό διάφραγμα και λένε ότι τώρα καταλαβαίνουν πως δεν ήταν άγχος αυτό που ένιωθαν αλλά έλλειψη αέρα. Ακόμη, είναι σημαντικό να αναφέρουμε σε ανθρώπους που έχουν προβλήματα με το ανώτερο αναπνευστικό (όπως αλλεργική ρινίτιδα) και με το κατώτερο (όπως άσθμα) ότι η επέμβαση αλλάζει εντελώς την πορεία της χρόνιας πάθησής τους.

## ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Πριν από την έναρξη της ενδοσκοπικής χειρουργικής η χειρουργική του ρινικού διαφράγματος ήταν πιο αδρή. Με την ενδοσκοπική χειρουργική μπορείς να διορθώσεις όλες τις ανατομικές περιοχές όπου υπάρχει βλάβη, ιδιαίτερα τις οπίσθιες οστέινες σκολιώσεις που δεν είναι ορατές με άλλη μέθοδο, και βέβαια στον

ίδιο χρόνο να χειρουργηθούν και οι γνωστές κόγχες, είτε με καυτηριασμό είτε με κοχχοπλαστική. Άρα το διάφραγμα δεν ξαναγίνεται, όπως φοβούνται πολλοί ασθενείς και δεν αποφασίζουν να χειρουργηθούν, απλά πρέπει να γίνει η επέμβαση ολοκληρωμένα από την αρχή. Ακόμη, με την ενδοσκοπική μέθοδο δίνεται η δυνατότητα, αν στη διάρκεια της επέμβασης διαπιστώσουμε και πολύποδες ή κάποια ανατομική παραλλαγή, όπως η φυσαλιδώδης κόγχη ή η παρουσία πύου σε παρραρινίες κοιλοότητες, να διορθωθούν χειρουργικά στον ίδιο χρόνο όλα τα προβλήματα της μύτης.

## ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ

Τα θεραπευτικά οφέλη που προκύπτουν για τον ασθενή είναι πολλά, όταν το διάφραγμα χειρουργείται ενδοσκοπικά. Ο ασθενής δεν πονάει, δεν πρήζεται, δεν μελανιάζει και μπορεί να επιστρέψει άμεσα μετεγχειρητικά στη δουλειά. Μάλιστα σε νέα, υγιή άτομα δεν είναι απαραίτητη η παραμονή στο νοσοκομείο.

## ΤΙ ΘΑ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΑΤΕ ΤΟΥΣ ΑΝΑΓΝΩΣΤΕΣ ΜΑΣ

Ζούμε πια σε πολύ απαιτητικούς ρυθμούς, όπου η ποιότητα της καθημερινής μας ζωής, από πλευράς ευεξίας και θετικής διάθεσης, παίζει πρωτεύοντα ρόλο. Έχει μεγάλη σημασία, λοιπόν, εάν μπορούμε να δώσουμε ριζική λύση σε κάποια προβλήματα, να το αποφασίζουμε έγκαιρα. Όσον αφορά το στραβό διάφραγμα, σας μεταφέρω αυτό που μετεγχειρητικά μου λένε οι ασθενείς μου: «Καλά, γιατρέ, έτσι αναπνέουν οι άλλοι άνθρωποι!».



### INFO: ΑΝΑΤΟΛΗ ΠΑΤΑΡΙΔΟΥ

Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος,  
Επιστημονικός Συνεργάτης Νοσοκομείου Υγεία

Για επιπλέον πληροφορίες

στο **WEBSITE: [www.patariidou.gr](http://www.patariidou.gr)**