

إرشادات العناية بإصابات الأنسجة الرخوة في الأنف

تهدف هذه النشرة إلى تزويدك بمعلومات حول إصابة الأنسجة الرخوة في الأنف، بما في ذلك أسبابها وأعراضها وطرق تشخيصها وعلاجها، بالإضافة إلى نصائح للعناية المنزلية.



ما المقصود بإصابة الأنسجة الرخوة في الأنف؟

تشير هذه الحالة إلى تعرّض الأنف لإصابة تؤثر في الأنسجة الرخوة دون حدوث كسر في العظام، وتشمل هذه الأنسجة الجلد أو الأجزاء الداخلية من الأنف.

ما أسباب إصابة الأنسجة الرخوة في الأنف؟

- تتجم هذه الإصابات في الغالب عن التعرّض لإصابة قوية مباشرة، وتشمل أبرز الأسباب ما يلي:
- السقوط
 - حوادث المرور
 - الرياضات التي تتطلب احتكاكاً جسدياً ككرة القدم أو الرجبي
 - التعرّض لضربة من جسم صلب
 - التعرض للركل أو اللكم
 - حوادث أخرى مشابهة

ما هي أعراض إصابة الأنسجة الرخوة في الأنف؟

- قد تبدو إصابات الأنف أكثر خطورة مما هي عليه في الواقع، وتشمل الأعراض الشائعة ما يلي:
- الشعور بالألم وانتفاخ في الأنف
 - حدوث نزيف أنفي
 - صعوبة في التنفس عبر الأنف

كيف يتم تشخيص إصابة الأنسجة الرخوة في الأنف؟

- يمكن للطبيب تشخيص هذه الحالة من خلال فحص الأنف سريريًا.
- نادرًا ما تكون هناك حاجة لإجراء صورة أشعة.

كيف يتم علاج إصابة الأنسجة الرخوة في الأنف؟

- تُشفى هذه الإصابات عادةً من تلقاء نفسها، حتى وإن بدا الأنف مشوهًا بعض الشيء.
- إذا أوصى الطبيب بإعطاء طفلك دواءً مسكنًا للألم، يمكنك إعطاؤه الباراسيتامول (من أي علامة تجارية) أو الأيبوبروفين (من أي علامة تجارية)، مع مراعاة ما يلي:
 - الالتزام بالتعليمات المدونة على عبوة الدواء.
 - تجنب إعطاء طفلك الأسبرين، إذ قد يسبب مشكلات خطيرة.

نصائح للعناية المنزلية:

- احرص على أن يحصل طفلك على قسط من الراحة خلال اليومين التاليين للإصابة.
- يُفضل رفع رأس طفلك قليلًا أثناء النوم، سواء بوضع وسادة إضافية أو برفع مقدمة السرير.
- لتقليل الانتفاخ، يُنصح بوضع كمادات باردة على الأنف لبضع دقائق عدة مرات خلال اليوم الأول.
- احرص على أن يتجنب طفلك ما يلي:
 - ممارسة التمارين الرياضية
 - بذل مجهود بدني شاق
 - حمل أوزان ثقيلة
 - نفخ الأنف لإخراج المخاط
 - تناول الأطعمة أو المشروبات الساخنة
 - لمس الأنف أو الضغط عليه بشكل متكرر

العودة إلى المدرسة/الأنشطة:

يُستحسن إبلاغ المدرسة بحالة طفلك الصحية، إذ قد تستدعي حالته تجنب بعض الأنشطة إلى أن يتعافى تمامًا.

سدرة للطب يهتم بصحتكم. لا ينبغي استخدام المعلومات الواردة في هذه النشرة كبديل عن الرعاية الطبية ونصيحة الطبيب. إذا كانت لديك استفسارات حول هذه المعلومات يمكنك مناقشتها مع مقدم الرعاية الصحي—ة الخاص بك. يمكنكم زيارتنا على الموقع الإلكتروني WWW.SIDRA.ORG