Çocuğunuz hiperaktif mi, burnu mu tıkalı?

 Burnu tıkalı çocuklar rahat nefes alamıyor, rahat uyuyamıyor, baş ağrısı ile uyanıyor, gün içinde derslerine konsantre olamıyor, ders başarısı düşüyor. Etrafına karşı davranış bozuklukları sergiliyor ve hiperaktif olarak algılanıyor. Bu durum birçok kez hiperaktivite ve dikkat eksikliği tanısıyla tedavi ediliyor. Acaba çocuğunuz hiperaktif mi yoksa burnu mu tıkalı?

**Alerji Uzmanı Prof. Dr. Yonca Nuhoğlu**, doğru ve burundan nefes almanın yaşam ve sağlık kalitesi açısından büyük önem taşıdığına değinerek çocuklarda burun tıkanıklığının en önde gelen nedeninin alerjik nezle olduğunu belirtiyor. Nuhoğlu burnun, ısıtıcı, nemlendirici ve partikülleri temizleyici rolünün bulunduğunu söyleyen Dr. Nuhoğlu, solunum yolu enfeksiyonlarıyla ilgili şunları anlatıyor:

"Özellikle mikroplarla ilk kez temas etmeye başlayan okul ve yuva çağındaki çocuklar için solunum yolu efeksiyonları çok daha önemlidir. Burun tıkanıklığı ileri boyutta olmadıkça üzerinde durulmaz, fakat nefes alamamak gibi çok önemli bir şikayet oluşur. Belirtiler ise horlamak, ağızdan nefes almak ve uyku apnesi olarak kendini gösterir.

**Uykusunda huzursuz, horlayan, iç çeken çocuk, zaman zaman nefes almaya ara verir ve bu nefes alamama süreçlerinin ardından vücut oksijensiz kalır.** Anne babaların en büyük şikayetleri, gece aşırı terleyen çocuklardır. Bu terlemenin nedeni, vücudun oksijensiz kalmasıdır. Çocuklarda alerjik nezle, yutma sorunlarına, dolayısıyla iştahsızlığa neden olur. Gece artan idrar yatağı ıslatmaya varır. Bu durum karşısında kendini kötü hisseden çocukların davranış bozuklukları psikolojik takibe alınarak tedavi edilmeye çalışılır. Oysa ana sorun, burun tıkanıklığıdır.

Alerjik nezlede tekrar eden enfeksiyonlar, çoğu kez geniz eti ve bademcik büyümesi ile sonuçlanır ve cerrahi operasyonlarla geçici çözümler üretilir. Alta yatan alerjik neden tedavi edilmediği müddetçe 4 çocuktan birinde şikayetlerin tekrarlaması mümkündür. Çocuklarda alerjik hastalıklar bütüncüldür. **Alerjik nezlesi olan çocukların çoğunda alerjik bronşit ve astım da bir süre sonra başlar.**

Alerji tedavisinin bir bütün olarak yapılması gerekir. **Sorumlu alerjinin saptanmasının ardından kökten çözüm dilaltı aşı tedavisi ile mümkündür.** Tedavi sonucu burnu açılan çocuğun uyku kalitesi düzelir, uyku kalitesi düzelen çocuğun okul başarısı yükselir, gece uykuda büyüme hormonu salgısı artacağından büyümesi hızlanır.”