



Ларингофарингеальный рефлюкс (LPR) или тихий рефлюкс

Тихий рефлюкс может вызвать:

- Охриплость
- проблемы с глотанием
- избыток слизи
- прочистка горла
- Ощущение комка в горле
- Хронический кашель
- Проблемы с дыханием
- рубцевание голосовых связок
- После носовых капель

Что такое тихий рефлюкс? Что такое Ларингофарингеальный Рефлюкс?

Рефлюкс гортани и гортани (LPR) - это термин, который относится к обратному потоку пищи или желудочной кислоты, поступающей обратно в гортань (голосовой ящик) или в глотку (горло). Это может случиться днем или вечером. LPR также упоминается как экстраэзофагеальный рефлюкс.

Многие люди с LPR не имеют изжоги

Некоторые могут испытывать дискомфорт от изжоги, но у многих людей с LPR изжоги нет. Вот почему LPR называется Silent Reflux: он часто не вызывает серьезных симптомов и может быть трудно диагностировать.

Более половины людей, имеющих LPR, никогда не испытывают изжоги. Это потому, что материал, который рефлюкс не остается в пищеводе в течение длительного периода времени, поэтому кислота не имеет достаточно времени, чтобы раздражать пищевод и вызывать изжогу.

Однако, даже если небольшое количество рефлюксного материала попадает в горло, могут возникнуть проблемы, потому что голосовой ящик более чувствителен и подвержен раздражению, чем пищевод. Иногда LPR может поражать легкие и мешать дыханию. Когда изжога отсутствует, многие пациенты получают неправильные рекомендации о том, что у них нет проблем с рефлюксом.

Как я узнаю, есть ли у меня LPR?

Признаки LPR включают в себя:

- прочистка горла
- Кашель
- Ощущение комка в горле
- Охриплость
- Трудность глотания
- выделения из носа или горла
- избыток слизи

Какие проблемы могут вызывать LPR и являются ли они серьезными?

LPR может вызвать серьезные проблемы, такие как удушье, проблемы с дыханием (астма или бронхит), образование рубцов на голосовой коробке и дыхательных аппаратах, шумное дыхание и в редких случаях рак пищевода, горла или голосовой коробки.

Какие анализы может назначить мой доктор?

Наиболее распространенные тесты для LPR:

- 24-часовой мониторинг pH. Этот ночной (не больничной) тест измеряет кислотность в пищеводе и горле. Это может быть слегка неудобно, но не больно. Датчик pH помещается через нос и остается в горле на ночь. Это связано с небольшой компьютерной коробкой, надетой вокруг талии. Беспроводное тестирование pH также используется в некоторых случаях.
- Эзофагоскопия. Пациент глотает маленький, узкий эндоскоп, чтобы оценить любые аномалии гортани, пищевода и верхней части желудка, особенно воспалительные изменения и повреждение трубопровода пищи. Эту процедуру часто можно проводить в кабинете без седации, и иногда ее называют трансназальной эзофагоскопией или TNE.

Как лечится LPR?

Лечение LPR подбирается индивидуально. Как правило, существует три уровня лечения рефлюкса:

1. Изменение привычек и диеты для уменьшения рефлюкса.
2. Лекарственные препараты, снижающие кислотность желудка.
3. Операция по снижению рефлюкса.

Нужно ли мне лечение LPR навсегда?

Большинству людей требуется лечение в течение длительного периода времени, в то время как другим может потребоваться только периодическое лечение. Люди часто выздоравливают месяцами или годами, а затем у них возникает рецидив. Это потому, что ЛНР является хроническим перемежающимся заболеванием. При лечении LPR обычно не вызывает серьезных медицинских проблем, но без лечения LPR может быть довольно серьезным. Людям с тяжелой формой LPR или тем, кто не может принимать рефлюксные препараты, может быть рекомендована антирефлюксная операция. Люди, которые подвергаются операции, обычно испытывают облегчение в течение многих лет.

Советы по снижению рефлюкса и LPR:

- Если вы используете табак, прекратите использовать его сейчас!
- Не носите узкую одежду вокруг талии.
- Не ешьте в течение трех часов перед сном и не ложитесь сразу после еды.
- Соблюдайте диету с низким содержанием жиров.
- Избегайте жареной пищи, шоколада, сыра и яиц.
- Избегайте кофе, чая, содовой, кислых соков и мяты.
- Избегайте алкогольных напитков, особенно вечером.