



انسداد الأنف

وانحراف الحاجز الأنفي

ما هو انسداد الأنف؟

انسداد الأنف هو صعوبة مرور الهواء عبر إحدى فتحي الأنف أو كليهما. وقد يكون مؤقتًا مع الزكام، أو مستمرًا بسبب مشكلة في تركيب الأنف أو بطانته.

الحاجز الأنفي هو الجدار الذي يقسم الأنف إلى جهتين، ولدى كثير من الناس انحراف بسيط فيه دون أي أعراض.

متى أراجع الطبيب؟

- إذا استمر الانسداد وأثر في نومك أو نشاطك اليومي.
- إذا كان الانسداد في جهة واحدة ويزداد تدريجيًا.
- إذا صاحبه نزيف أو إفرازات دموية من جهة واحدة.
- إذا ضعفت حاسة الشم.
- إذا لاحظت شخيرًا مع توقف في التنفس أثناء النوم.
- إذا كنت تعتمد على بخاخات إزالة الاحتقان يوميًا.

متى أتوجه إلى الطوارئ؟

بعد إصابة في الأنف، إذا حدث انسداد شديد مع ألم وتورم داخل الأنف، أو نزيف لا يتوقف.

هذه المعلومات للتوعية والتثقيف الصحي، ولا تغني عن استشارة الطبيب أو التقييم الطبي المباشر.

إعداد: الجمعية السعودية للأنف والأذن والحنجرة
وجراحة الرأس والعنق
saudiorl.com



النسخة 1.0 · إصدار 2026 · آخر مراجعة: مايو 2026

ما الأعراض؟

- صعوبة التنفس من الأنف في جهة أو في الجهتين
- التنفس من الفم، خاصة أثناء النوم
- الشخير أو اضطراب النوم
- جفاف الفم والحلق عند الاستيقاظ
- صعوبة التنفس أثناء الرياضة
- تكرار التهاب الجيوب أحيانًا

ما الأسباب؟

- انحراف الحاجز الأنفي: قد يكون خلقيًا أو بعد إصابة في الأنف.
- تضخم القرنيات الأنفية: وهي بروزات داخل الأنف تنتفخ مع الحساسية أو الالتهاب.
- حساسية الأنف
- اللحميات الأنفية
- تضخم اللحمية عند الأطفال
- كثرة استخدام بخاخات إزالة الاحتقان
- ضعف أو ارتخاء جوانب الأنف

كيف يتم التشخيص؟

يسألك الطبيب عن الأعراض ومدتها، ثم يفحص الأنف من الداخل، وقد يستخدم منظارًا صغيرًا لرؤية الأجزاء العميقة.

لا تحتاج معظم الحالات إلى أشعة، لكن قد يطلبها الطبيب عند الاشتباه في مشكلة بالجيوب أو قبل الجراحة.

معلومة مهمة: وجود انحراف في الحاجز لا يعني بالضرورة الحاجة إلى عملية. المهم هو مدى تأثير الانسداد في حياتك، ونتيجة الفحص.

ما خيارات العلاج؟

يعتمد العلاج على السبب، ويحدد طبيبك الأنسب لك.

العلاج الدوائي

عندما يكون السبب التهابًا أو حساسية أو تضخمًا في القرنيات، قد تكفي بخاخات الكورتيزون الأنفية وغسل الأنف بالمحلول الملحي وعلاج الحساسية.

العلاج الجراحي

إذا كان السبب تركيبياً وأثر في حياتك رغم العلاج، قد يُنصح بـ:

- **عملية تعديل الحاجز الأنفي:** تُجرى من داخل الأنف غالبًا، دون تغيير شكله الخارجي.
- **تصغير القرنيات الأنفية:** وقد تُجرى مع عملية الحاجز.
- وأحياناً جراحة لدعم جوانب الأنف أو تجميل الأنف الوظيفي.

ماذا يمكنني أن أفعل في المنزل؟

- اغسل أنفك بالمحلول الملحي.
- استخدم بخاخ الكورتيزون بانتظام إذا وصفه طبيبك.
- ارفع رأسك قليلاً أثناء النوم.
- تجنب التدخين والدخان والبخور.
- لا تستخدم بخاخات إزالة الاحتقان لأكثر من 3 أيام، لأنها قد تسبب انسدادًا مزمنًا يصعب علاجه.

تذكر

- انسداد الأنف له أسباب متعددة، وليس كله بسبب الحاجز.
- كثير من الحالات تتحسن بالعلاج الدوائي.
- الجراحة خيار عندما يكون السبب تركيبياً والأعراض مؤثرة.
- الانسداد أو النزيف المستمر في جهة واحدة يحتاج إلى فحص.