



الحميات الأنفية

الأعراض والعلاج على المدى الطويل

ما هي الحميات الأنفية؟

الحميات الأنفية زوائد لحمية طرية تنمو من بطانة الأنف والجيوب الأنفية بسبب الالتهاب المزمن. تظهر عادةً في الجهتين، وهي ليست أورامًا سرطانية.

الحميات حالة مزمنة يمكن السيطرة عليها بالعلاج المنتظم، لكنها قد تعود.

متى أراجع الطبيب؟

- إذا استمر انسداد الأنف أو ضعف الشم.
- إذا كانت الأعراض في جهة واحدة فقط، فهي تحتاج إلى فحص لاستبعاد أسباب أخرى.
- إذا صاحبها نزيف من الأنف.
- إذا ساءت أعراض الربو.
- إذا عادت الأعراض بعد العلاج أو الجراحة.

توجه إلى الطوارئ فورًا إذا ظهر:

- تورم حول العين أو بروزها أو تغير في النظر
- صداع شديد مع تيبس في الرقبة أو حرارة عالية
- ضيق شديد في التنفس أو نوبة ربو شديدة

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؟

- انسداد الأنف المستمر
- ضعف أو فقدان حاسة الشم والطعم
- سيلان الأنف أو نزول الإفرازات خلف الأنف
- ضغط في الوجه
- الشخير واضطراب النوم
- تكرار التهاب الجيوب

من هم الأكثر عرضة؟

- مرضى الربو
- مرضى حساسية الأنف
- من يعانون من حساسية الأسبرين ومسكنات الالتهاب
- مرضى التهاب الجيوب الفطري التحسسي، وهو شائع نسبيًا في المملكة

الحميات عند الأطفال غير شائعة، وتحتاج إلى تقييم، إذ قد ترتبط أحيانًا بأمراض أخرى مثل التليف الكيسي.

كيف يتم التشخيص؟

- فحص الأنف بالمنظار في العيادة، ويُظهر اللحميات بوضوح.
- أشعة مقطعية للجيوب، خاصة قبل الجراحة.
- أحياناً تحاليل للدم أو اختبارات للحساسية.
- تحليل اللحميات بعد إزالتها للتأكد من طبيعتها.

حساسية الأسبرين ومسكنات الالتهاب

بعض مرضى اللحميات والربو يعانون من تفاقم شديد في التنفس أو الأنف عند تناول الأسبرين أو بعض مسكنات الالتهاب. إذا لاحظت ذلك، فأخبر طبيبك، وتجنب هذه الأدوية.

ما خيارات العلاج؟

بخاخات الكورتيزون والغسل الملحي

أساس العلاج، وتُستخدم يوميًا على المدى الطويل، حتى بعد الجراحة.

أقراص الكورتيزون

قد تُوصف لفترة قصيرة عند الأعراض الشديدة، ولا تُستخدم بشكل متكرر بسبب آثارها الجانبية.

جراحة الجيوب بالمنظار

عند عدم التحسن بالأدوية. تزيل اللحميات وتفتح الجيوب، فيصل العلاج الموضعي إليها بشكل أفضل.

العلاجات الحيوية

حقن حديثة تستهدف مسببات الالتهاب، وتناسب بعض المرضى ذوي الحالات الشديدة أو المتكررة، خاصة مع الربو. يحدد الطبيب مدى ملاءمتها.

كيف أحافظ على النتيجة؟

- التزم بالغسل الملحي وبخاخ الكورتيزون يوميًا، حتى عند التحسن.
- التزم بمواعيد المتابعة بالمنظار.
- سيطر على الربو وحساسية الأنف.
- تجنب التدخين والدخان والبخور.
- راجع طبيبك مبكرًا عند عودة ضعف الشم، فهو غالبًا أول علامة لعودة اللحميات.

تذكر

- اللحميات الأنفية التهاب مزمن وليست سرطانيًا.
- العلاج طويل الأمد ضروري لمنع عودتها.
- الأعراض في جهة واحدة تحتاج إلى فحص.
- أخبر طبيبك إذا كانت لديك حساسية من المسكنات.