

Γιατί μας πιάνει λόξυγκας; Και πώς σταματάει;

/ [Γενικά](#)



Δεν είναι σίγουρο ότι σε μελετάνε... Καλού-κακού πιες 10 κοφτές γουλιές νερό και βλέπεις...

Ο λόξυγκας, όταν εμφανίζεται, έχει τους λόγους του και κάποιες φορές είναι μια κατάσταση πιο σοβαρή από όσο φαντάζεσαι.

Τι είναι ο λόξυγκας

Πρόκειται για ακούσιο σπασμό του διαφράγματος, ο οποίος οδηγεί τις φωνητικές χορδές σε γρήγορο κλείσιμο προκαλώντας αυτόν τον χαρακτηριστικό ήχο.

Τι τον προκαλεί

Συνήθως δημιουργείται από κάποιες ήπιες παθολογικές καταστάσεις που προέρχονται από διαταραχές στο γαστρεντερολογικό σύστημα, όπως η διαφραγματοκήλη, ο γαστρικός φόρτος κ.ά, καθώς και από ήπιες νευροφυτικές διαταραχές (υστερία κλπ). Όταν επιμένει, καλό είναι να το ελέγχουμε. Σ' αυτή την περίπτωση ένας γαστρεντερολόγος μπορεί να συστήσει γαστροσκόπηση προκειμένου να διερευνήσει την ύπαρξη διαφραγματοκήλης ή γαστροοισοφαγικής

παλινδρόμησης και ανάλογα να δώσει την κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή. Αν όμως ο λόξυγκας είναι συχνός και έντονος, τότε οπωσδήποτε πρέπει να συμβουλευόμαστε τον γιατρό, γιατί δεν αποκλείεται να αποτελεί σύμπτωμα (σε συνδυασμό με άλλα) σοβαρότερων ασθενειών, προερχόμενων όχι μόνο από το πεπτικό σύστημα αλλά και από το αναπνευστικό, ακόμα και από το κεντρικό νευρικό. Βέβαια, οι πολύ σοβαρές παθήσεις είναι σπάνιες.

Όταν σε πιάσει

Πάρε βαθιά εισπνοή και κράτησέ την για 20-30 δευτερόλεπτα ή και ακόμα περισσότερο, αν μπορείς. Μ' αυτόν τον τρόπο παραμένει το διάφραγμα τεντωμένο και σταματάει η σύσπασή του. Το ίδιο αποτέλεσμα έχουν το νερό και ο πάγος. Πιες με κοφτές γουλιές ένα ποτήρι νερό ή κατάπιε ένα μικρό κομμάτι πάγο. Αν παρά τις προσπάθειες ο λόξυγκας δεν σταματάει, ίσως πρέπει να απευθυνθείς σε έναν γαστρεντερολόγο, ο οποίος, εκτός από την άμεση χορήγηση αντιεμετικού φαρμάκου, είναι σε θέση να αξιολογήσει το πρόβλημα και να σου συστήσει την κατάλληλη θεραπεία.

Πηγή: goldenmag.gr