



Της δρ Δέσποινας Κατώχη - Ακτινοθεραπευτής/Ογκολόγος (www.akoslife.com)



Η απώλεια γεύσης είναι ένα από τα συμπτώματα του κορονοϊού. Ωστόσο, πρόκειται για μια συνηθισμένη διαταραχή της γεύσης, που μπορεί να οφείλεται σε πολλούς παράγοντες...

# Γιατί δεν έχω γεύση και όσφρηση;

**Σ**τις διαταραχές της γεύσης ανήκει και η υπογευσία, δηλαδή η δυσκολία διάκρισης γεύσεων, γλυκών, πικρών, ξινών ή αλμυρών, όπως και η λάθος αναγνώριση μιας γεύσης, δηλαδή να αντιλαμβανόμαστε για παράδειγμα ως άσχημη μια ευχάριστη γεύση. Στο στόμα και στον λαιμό υπάρχουν ειδικά αισθητικά κύτταρα, τα οποία διεγείρονται από μικροσκοπικά μόρια που απελευθερώνουν τα συστατικά τροφών και ποτών. Το μήνυμα μεταβιβάζεται στον εγκέφαλο μέσω των νεύρων και εκείνος αναγνωρίζει συγκεκριμένες γεύσεις: Βασικότερες γλυκό, ξινό, πικρό και αλμυρό. Τη γεύση καθορίζουν υγρασία, θερμοκρασία, η αίσθηση από το χημικό αισθητήριο σύστημα αλλά και οι οσμές.

### Πού οφείλεται:

Η απώλεια γεύσης μπορεί να υπάρχει εκ γενετής ή να οφείλεται σε μόλυνση του ανώτερου αναπνευστικού ή των παραρρινικών κόλπων, σε ορμονικές διαταραχές, οδοντιατρικά προβλήματα, τραυματισμό του κεφαλιού, πολύποδες στις ρινικές κοιλότητες, έκθεση σε χημικές ουσίες, στην επίδραση κάποιου φαρμάκου ή σε ακτινοθεραπείες. Ωστόσο, μπορεί να προειδοποιεί για όγκους σε μύτη και εγκέφαλο ή να έχει προκληθεί από εγχειρήσεις στη συγκεκριμένη περιοχή. Με την απώλεια γεύσης έχουν συνδεθεί παχυσαρκία, διαβήτης, υπέρταση, Αλτσχάιμερ και η νόσος του Πάρκινσον.

### Η... «μεταλλική» γεύση

Συχνή είναι και η «μεταλλική» γεύση στο στόμα: Πολλοί την παρομοιάζουν με τη γεύση του αίματος και μπορεί να προειδοποιεί για σειρά προβλημάτων υγείας, όπως:

**Λοιμώξεις παραρρινίων κόλπων.** Ιοί, βακτηρίδια ή αλλεργίες προκαλούν τις περισσότερες περιπτώσεις ιγμορίτιδας.

**Ξηροστομία ή φάρμακα που προκαλούν ξηρότητα του στόματος.** Μπορεί να την προκαλέσουν αντιισταμινικά, αποσυμφορητικά, παυσίπονα, διουρητικά, αντικαταθλιπτικά και αντιυπερτασικά φάρμακα.

**Διαταραχές νευρικού συστήματος.** Το πρόβλημα μπορεί να εντοπίζεται στον εγκέφαλο ή στα περιφερικά νεύρα που ελέγχουν γεύση και οσμή, οι οποίες συμπληρώνουν η μια την άλλη.

**Αλλεργίες.** Η μεταλλική γεύση μπορεί να προέρχεται από ρινική καταρροή, βουλωμένη μύτη ή απελευθέρωση της ισταμίνης λόγω αλλεργικής αντίδρασης.

**Δόντια.** Συνήθως συνοδεύεται από αιμορραγία των ούλων όταν τα βουρτσίζουμε ή χρησιμοποιούμε οδοντικό νήμα.

**Ελλειψη ψευδαργύρου.** Ταυτόχρονα προκαλεί και απώλεια όσφρησης και όρεξης. Αναζητήστε τον σε στρείδια, μοσχαρίσιο κρέας, σικώτι, θαλασσινά, πουλερικά και καρύδια.

**Εγκυμοσύνη.** Η μεταλλική γεύση κάνει την εμφάνισή της κυρίως κατά τους τρεις πρώτους μήνες της κύησης.

**Άθληση.** Τα αιμοφόρα αγγεία, λόγω της μικρής διαμέτρου τους, δεν μπορούν να διαχειριστούν τη δύναμη με την οποία αντλείται το αίμα κατά τη διάρκεια της άθλησης και τα λεπτά τοιχώματα των κυψελίδων μπορεί να διαρραγούν. Έτσι, μικρή ποσότητα αίματος, ίσως διαρρεύσει στους πνεύμονες και φτάσει ως αίσθηση αίματος στο στόμα.

**Φάρμακα.** Μεταλλική γεύση μπορεί να προκαλέσουν φάρμακα που αντιμετωπίζουν βακτηριακές λοιμώξεις, προβλήματα καρδιάς,

## Πού οφείλεται η Ξηροστομία;

Το σάλιο είναι πολύτιμο. Συμβάλλει στην πέψη των τροφών, προστατεύει τα δόντια από την τερηδόνα, προφυλάσσει από μολύνσεις και ελέγχει την ανάπτυξη βακτηριδίων και μυκήτων στο στόμα. Βοηθά να μασάμε και να καταπίνουμε σωστά. Όταν το στόμα δεν έχει επαρκή ποσότητα σάλιου, τότε νιώθουμε ξηρότητα σε λαιμό και στόμα, δυσκολευόμαστε να καταπνύμε, να μιλήσουμε και να μασήσουμε. Ταυτόχρονα, η επιφάνεια της γλώσσας μας «αγριεύει» και νιώθουμε καυσalgία, δηλαδή αίσθημα καύσου στο στόμα. Η Ξηροστομία μπορεί να οφείλεται σε:

**Ασθένειες των σιελογόνων αδένων.** Διαβήτης, Πάρκινσον και ο ιός HIV, είναι οι συνθεστέρες νόσοι που προκαλούν Ξηροστομία.

**Ακτινοθεραπεία.** Αφορά στις παρενέργειες της ακτινοθεραπείας, λόγω της έκθεσης των σιελογόνων αδένων σε ραδιενέργεια, για τη θεραπεία συγκεκριμένων μορφών καρκίνου.

**Χημειοθεραπεία.** Χημειοθεραπευτικά σκευάσματα, κάνουν το σάλιο παχύρρευστο, προκαλώντας στεγνότητα του στόματος.

**Βλάβες των νεύρων.** Μπορεί να προκληθούν από τραυματισμούς σε κεφάλι και λαιμό και να επηρεάσουν τη λειτουργία των σιελογόνων αδένων.

Ανάλογα με την αιτία που προκάλεσε την Ξηροστομία, συστήνεται και η κατάλληλη θεραπεία.

αρτηριακή πίεση, καρκίνο, υπερθυρεοειδισμό, αρθρίτιδα, διαβήτη, καούρα, γλαύκωμα, οστεοπόρωση και αϋπνία.

### Τι είναι η ανοσμία;

Εξίσου σημαντική με τη γεύση είναι και η όσφρηση, χάρη στην οποία αφενός απολαμβάνουμε τις όμορφες μυρωδιές, αφετέρου ανιχνεύουμε δυσάρεστες ή επικίνδυνες οσμές. Περίπου το 1% με 2% των ανθρώπων έχουν μόνιμα μειωμένη όσφρηση ή καθόλου όσφρηση, η οποία μπορεί να οφείλεται σε:

**Ερεθιστικές ουσίες.** Τοξικά χρώματα, διαλυτικά, αμμωνία, κάπνισμα ή κοκαΐνη.

**Εκφυλιστικές νόσους του εγκεφάλου.** Πάρκινσον, Αλτσχάιμερ, σκλήρυνση κατά πλάκας.

**Κρανιοεγκεφαλική κάκωση.** Η απότομη ολίσθηση του εγκεφάλου αποκόπτει τα λεπτά οσφρητικά νήματα.

**Εκφύλιση λόγω ηλικίας.**

**Όγκοι ή εγχειρήσεις σε μύτη ή εγκέφαλο.**

**Ενδοκρινολογικές νόσοι.** Υποθυρεοειδισμός, σακχαρώδης διαβήτης κ.ά.

**Ψυχιατρικές νόσοι.**

**Ακτινοθεραπεία.**