



## FARINGITE O MAL DI GOLA

La faringite è l'infiammazione della mucosa faringea, ovvero della regione posteriore della gola ed è conosciuta comunemente come "mal di gola".

La faringite può esordire in maniera acuta e risolversi nel giro di pochi giorni (faringite acuta) oppure può cronicizzare e persistere per lunghi periodi (faringite cronica). La faringite è tipica della stagione autunnale o primaverile, quando gli sbalzi di temperatura sono frequenti e contribuiscono ad aggravare la sintomatologia.

La **faringite acuta** è dovuta nella maggior parte dei casi ad un'**infezione virale**, meno comunemente ad un'infezione batterica.

La **faringite cronica** può essere determinata da diverse situazioni:

- presenza di una ostruzione respiratoria nasale persistente (deviazione del setto nasale, sinusite cronica od allergie) che altera la fisiologica azione difensiva nasale;
- presenza di un reflusso gastro-esofageo continuo (risalita del contenuto acido dello stomaco verso l'esofago e la faringe);
- inalazione cronica di sostanze irritanti (fumo di sigaretta o agenti tossici in ambito lavorativo come polveri industriali, prodotti chimici, ecc.).

Il "mal di gola" si accompagna generalmente a bruciore, sensazione di secchezza, difficoltà a deglutire. Le **forme lievi di faringite acuta** possono trarre giovamento da una terapia sintomatica mediante l'utilizzo di collutori o spray antinfiammatori o antisettici locali. In alcuni casi può essere necessario assumere, solo per pochi giorni, farmaci antinfiammatori e antidolorifici per bocca come il paracetamolo e l'ibuprofene. La terapia antibiotica va limitata, esclusivamente su indicazione medica, ai casi di accertata infezione batterica. In caso di **faringite cronica** è opportuno innanzitutto ricercare e trattare le condizioni che ne sono alla base (ostruzione respiratoria nasale, allergie, reflusso gastrico, ecc.) In genere è utile effettuare dei cicli di inalazioni caldo-umide termali (acque sulfuree o salsobromoiodiche), che idratano la mucosa faringea e fluidificano il muco. L'utilizzo di immunostimolanti (o vaccini anticatarrali) per bocca stimola le difese immunitarie e può ridurre il numero di episodi di faringite acuta. Inoltre possono essere utili alcune precauzioni: assumere molti liquidi (soprattutto acqua); aumentare il consumo di frutta e verdura ricche di vitamina C e A (carota, zucca, arance, limoni), che stimolano e rafforzano il sistema immunitario; evitare di fumare; evitare sbalzi di temperatura; umidificare gli ambienti durante i mesi invernali; indossare delle mascherine per filtrare l'aria in caso di utilizzo di sostanze chimiche tossiche o di contatto con polveri irritanti.