



Sughițul poate apărea la orice vârstă și, în general, trece în câteva minute, chiar și de la sine. Cazurile în care trebuie să apelezi la un medic sunt rare, însă, există.

În acest articol vom discuta despre ce cauzează sughițul, cum se tratează și care sunt situațiile în care trebuie să te consulți cu un doctor.

Ce este sughițul

Diafragma este un mușchi din cutia toracică se joacă un rol important în procesul de respirație. Sughițul apare atunci când diafragma experimentează spasme și produce un anumit sunet specific.

Atunci când sughiți, între respirații, diafragma se lasă în jos, trăgând aer, în timp ce glota (spațiul dintre corzile vocale) se închide pentru a opri prea mult aer să intre. Aceste mișcări sunt cele ce provoacă sunetul tipic sughițului.

Întregul proces ține, în general, câteva minute, iar organismul își poate reveni de la sine, fără tratament. (2)

De ce sughită oamenii

[Cauzele sughitului](#) nu sunt cunoscute. Printre teoriile vehiculate se numără un nivel scăzut de dioxid de carbon în sânge și nervi iritați. De asemenea, nervul frenic (care face legătura dintre gât și diafragmă) și nervul vag (care face legătura dintre creier și stomac) contribuie la formarea sughitului. (3)

Sughitul poate apărea atunci când:

- Ai mâncat prea mult;
- Ai mâncat sau băut prea repede;
- Ai băut alcool sau sucuri acidulate;
- Ai consumat lichide la temperaturi prea scăzute sau ridicate;
- Ești agitat (din cauza fricii sau a emoțiilor);
- Ai luat pastile (în special cele pentru anxietate);
- Urmezi o cură de chimioterapie;
- Ai fost anesteziat;
- Ai inhalat vapori toxici.

Ce trebuie să faci dacă sughițul durează mai mult de două zile

Așa cum am precizat, sughițul ar trebui, în mod normal, să dispară la scurt timp după ce a apărut, fără tratament medicamentos. Există, însă, cazuri rare, în care sughițul poate persista chiar și câteva zile. (1)

În cazul în care acesta durează mai mult de două zile, devine sughiț persistent, iar, dacă durează mai mult de o lună, devine sughiț refractar.

Sughițul refractar stresează organismul și îl obosește. Acesta poate reprezenta o afecțiune mai importantă și nu va dispărea până când nu este tratată.

Problemele de sănătate care ar putea declanșa sughițul refractar includ:

- Afecțiuni ale esofagului sau ale stomacului;

Ce trebuie să știi despre sughiț

Scris de Sighet Online

Luni, 31 Octombrie 2022 12:30 - Ultima actualizare Marți, 08 Noiembrie 2022 08:09

- Atac cerebral;
- Boli intestinale;
- Cancer și tumori;
- Hepatită;
- Leziuni;
- Pancreatită
- Pleurezie;
- Pneumonie;
- Uremie.

Sughițul poate apărea și după o operație sau în timpul procesului de vindecare de după aceasta. Dacă sughițul nu se oprește este recomandat să te programezi la un medic specialist.
(3)

Cum se tratează sughițul

Având în vedere faptul că nu este cunoscută cauza exactă a sughițului, unele dintre următoarele remedii s-ar putea să nu funcționeze întotdeauna. Iată ce poți încerca acasă:

- Să bei apă repede;
- Să iei o lingură cu zahăr sau de gheață granulată;
- Să te tragi ușor de limbă;
- Să te masezi cu grijă pe ochi;
- Să faci gargară cu apă;
- Să îți ții respirația;
- Să respiri într-o pungă de hârtie.

Dacă sughitul ține o perioadă mai lungă de timp, trebuie să te prezinți la un medic. În funcție de ceea ce descoperă, îți va prescrie un tratament adecvat. (1)

Deoarece sughitul apare, de cele mai multe ori, doar pentru scurt timp și nu are efecte asupra sănătății, consultul medical nu este necesar. Doar în cazurile în care sughitul nu trece după câteva zile ar trebui să ceri sfatul unui cadru medical pentru a descoperi cauza.

Surse:

1. Winchester Hospital. (n.d.). True or false: Some hiccup remedies actually work. Winchester Hospital. Retrieved October 27, 2022, from <https://www.winchesterhospital.org/health-library/article?id=156989>
2. Cole, J. A. (2022, August 7). Singultus. ncbi.nlm.nih.gov. Retrieved October 27, 2022, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538225/>
3. Howes, D. (2012, June 29). Hiccups: A new explanation for the mysterious reflex. BioEssays : news and reviews in molecular, cellular and developmental biology. Retrieved October 27, 2022, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3504071/>