Flegma - moc

Autor:
Data de publicació: 09-06-2014

La flegma està més relacionada amb la malaltia que el moc i pot ser molest per a l'individu per excretar del cos. La flegma és una secreció sucosa a la via aèria durant una malaltia amb inflamació. La flegma sol contenir moc amb virus, bacteris, altres deixalles i cèl·lules inflamatòries. Una vegada que la flegma ha estat expectada per una tos, es converteix en esput.

Flegma (/?fl?m/; Grec antic: ??????, phlégma, "inflamació","humor causat per la calor") és un moc produït pel sistema respiratori, excloent el produït pels passatges nasals. Sovint es refereix a la mucositat respiratòria expulsada per la tos, altrament coneguda com esput. Flegma, i moc en el seu conjunt, és en essència un gel a base d'aigua que consisteix en glicoproteïnes, immunoglobulines, lípids i altres substàncies. La seva composició varia en funció del clima, la genètica i l'estat del sistema immunitari. El seu color pot variar de transparent a groc pàl·lid o fosc i verd, des del marró clar fins al marró fosc, i fins i tot el gris fosc depenent dels constituents. El cos produeix naturalment al voltant d'1 quart (al voltant d'1 litre) de flegma cada dia per capturar i netejar substàncies en l'aire i bacteris del nas i la gola. [1] [1]

Distinció entre moc i flegma
Contràriament a la idea errònia popular i el mal ús, la mucositat i el flegma no sempre són els mateixos.

Mucositat
El moc és una capa protectora normal al voltant de la via aèria, ull, turbinat nasal, i tracte urogenital. El moc és un gel viscoelàstic adhesiu produït a la via aèria per glàndules submucosals i cèl·lules de gota i és principalment aigua. També conté mucoses d'alt pes molecular glicoproteïnes que formen polímers lineals.

Flegma
La flegma està més relacionada amb la malaltia que el moc i pot ser molest per a l'individu per excretar del cos. La flegma és una secreció sucosa a la via aèria durant una malaltia amb inflamació. La flegma sol contenir moc amb virus, bacteris, altres deixalles i cèl·lules inflamatòries. Una vegada que la flegma ha estat expectada per una tos, es converteix en esput. [2] [2]

Creació excessiva de flegma
Hi ha múltiples factors que poden contribuir a un excés de flegma a la gola o laringe.

Abús vocal: L'abús vocal és el mal ús o l'ús excessiu de la veu d'una manera poc saludable, com ara netejar la gola, cridar, cridar, parlar en veu alta o cantar incorrectament.

Netejar la gola: Netejar la gola elimina o afluixa flegma, però les cordes vocals colpegeixen juntes causant inflamació i per tant més flegma. [3] [3]
Crits/crits: Cridari cridar tant perquè les cordes vocals es colpegin l'una contra l'altra causant inflamació i flegma. [4][5][6][7][8]
Nòduls: Crits excessius, crits i cant incorrecte, així com altres hàbits abusius vocals poden causar nòduls plecs vocals.

Fumar:El fum és aire calent, sec, contaminat que s'asseca les cordes vocals. Amb cada alè de fum, la laringe està

contaminada amb toxines que l'inhibeixen de rehidratar-se durant unes 3 hores. [9] Les cordes vocals necessiten una bona quantitat de lubricació i onatge de la inflamació quan no en tenen prou. Quan els plecs vocals s'inflen i s'inflamen, sovint es crea flegma per intentar alleujar la sequedat. [10][11]

Experiment sobre correlacions de fumar: El 2002, l'American College of Chest Physicians va fer un experiment i va publicar un experiment per esbrinar si hi havia una correlació de fumadors amb tos i flegma. En l'estudi es van estudiar 117 participants, una barreja de fumadors actuals, exfumadors, no fumadors i un control positiu dels participants amb una malaltia, MPOC(Malaltia Pulmonar Obstructiva Crònica).) Al final de l'experiment, els experimentadors van trobar que hi havia una alta correlació entre flegma i tos amb el tabaquisme de 0,49 (p & lt; 0.001.) No,no, no, no.

Malaltia: Durant la malaltia com la grip, fred, i pneumònia, flegma es torna més excessiu com un intent de desfer-se dels bacteris o partícules virals dins del cos. Una malaltia important associada a l'excés de flegma és la bronquitis aguda. Un símptoma important de bronquitis aguda és un excés de flegma i sol ser causada per una infecció viral, i només les infeccions bacterianes, que són rares, han de ser tractades amb un antibiòtic. [12][13]
Febre del fenc, asma: En la febre del fenc i l'asma, revestiment interior en bronquies s'inflamen i creen una quantitat excessiva de flegma que pot obstruir les vies de l'aire. [14] El 2007, el govern va començar a
Contaminació atmosfèrica: En estudis de nens, s'ha trobat que els contaminants atmosfèrics augmenten la flegma assecant-se i irritant parts de la gola. No,no, no, no.

Eliminació de flegma
La creació excessiva de flegma pot ser molesta. Bàsicament hi ha dues maneres de desfer-se de l'excés de flegma: empassar o escopir.

Flegma naturalment drena a la part posterior de la gola i es pot empassar. Un cop a l'estómac, els àcids i el sistema digestiu eliminaran la flegma i desfer-se dels gèrmens en ell. [15] [15]

L'alternativa a la deglució seria netejar la gola. Per fer-ho, la boca s'ha de tancar i l'aire s'ha d'inhalar dur al nas. Inhalar amb força a través del nas tirarà l'excés de flegma i el moc nasal cap avall a la gola, on els músculs de la gola i la llengua es poden preparar per expulsar-lo. Un cop fet això, s'ha de formar una forma d'U amb la llengua, almateix temps que força l'aire i la saliva cap endavant amb els músculs a la part posterior de la gola. En aquest punt, la flegma estarà a la boca i ara està llest per ser espasa com esput. [15] [15]

Colors de flegma
La flegma pot existir en diferents colors. El color podria proporcionar pistes importants sobre la salut d'una persona. [15] [15]

Groc o verd: Indica la infecció viral. El color és causat per un enzim produït pels glòbuls blancs que combaten la infecció. Si la flegma es manté aquest color durant més d'una setmana, pot significar que la infecció viral es va convertir en bacteriana.
Clar: Indica al·lèrgies. Les membranes mucoses produeixen histamines i fan més flegma.
Vermell: Indica aire sec. Un aerosol nasal es pot utilitzar per alleujar els símptomes d'un nas sec i la gola.

Flegma i humorisme
Article principal: Humorisme

L'humorisme és una teoria antiga que el cos humà està ple de quatre substàncies bàsiques, anomenades els quatre humors, que es manté en equilibri quan una persona està sana. Està estretament relacionat amb l'antiga teoria dels quatre elements i afirma que totes les malalties i discapacitats són el resultat d'un excés o dèficit en bilis negra, bilis groga, flegma i sang. Hipòcrates, un antic metge grec, se li atribueix aquesta teoria, al voltant de 400 aC. Va influir en el pensament mèdic durant més de 2.000 anys, fins que finalment es va desacreditar en la dècada de 1800.

Es creia que la flegma s'associava amb comportaments apàtics; aquesta vella creença es conserva en la paraula"flegmàtica". Aquest adjectiu sempre fa referència al comportament, i es pronuncia de manera diferent, donant tot el pes a la "g": no /?fl?mat?k/ sinó /fl?g?mat?k/. [16] Tenir "flegma" tradicionalment significava tenir resistència i no ser influït per l'emoció. Sir William Osler's 1889 Aequanimitas parla de la imperturbabilitat o la calma en una tempesta requerida pels metges. "'Imperturbability significa frescor i presència de la ment en totes les circumstàncies, calma enmig de la tempesta, claredat del judici en moments de greu perill, immobilitat, impassivitat, o, per utilitzar una paraula antiga i expressiva, flegma." Aquest va ser el seu discurs de comiat a la Universitat de Pennsilvània el 1889 abans de

convertir-se en metge en cap al recentment fundat Hospital Johns Hopkins a Baltimore, Maryland. Això és de "Celebració de les contribucions de William Osler" en els Arxius Mèdics Alan Mason Chesney de les Institucions Mèdiques Johns Hopkins".

El flegma de l'humorisme està lluny del mateix que la flegma tal com es defineix avui en dia. El premi Nobel Charles Richet MD, en descriure la "flegma o secreció pituïtària" de l'humor el 1910 va preguntar retòricament, "aquest estrany líquid, que és la causa dels tumors, de la clorrosi, del reumatisme i la cacoquèmia - on és? Qui ho veurà mai? Qui l'ha vist mai? Què podem dir d'aquesta apassionant classificació d'humors en quatre grups, dels quals dos són absolutament imaginaris?" [17] El 1997, el govern va començar a

Malalties relacionades amb la flegma
Flegma pot ser un portador de larves de paràsits intestinals (veure cuc de ganxo). L'esput sagnant pot ser un símptoma de malaltia greu (com la tuberculosi),però també pot ser un símptoma relativament benigne d'una malaltia menor (com la bronquitis). En aquest últim cas, l'esput normalment està lleugerament ratllat de sang. Tos cap amunt de qualsevol quantitat significativa de sang és sempre una condició mèdica greu, i qualsevol persona que experimenta això ha de buscar atenció mèdica.

Els apoflegmatismes, en la medicina pre-moderna, eren medicaments mastegats per tal d'allunyar flegma i humors.

Referències

^ El 1997, el govern de Markham va ser el primer a fer-ho. "Com esborrar flegma de la gola". Salut dels homes. [Consulta: 11 maig 2019].
^ [Consulta: 23 novembre 2009]. El 1997, el mucositat va ser el de la recerca de la tos. El pulmó. 188 (Suppl 1): S69–72. Doi:10.1007/s00408-009-9198-7. Modifica la seva reserva web
^ [1][enllaçmort]
^ Ferreira, Leslie Piccolotto; de Oliveira Latorre, Maria do Rosario Dias; Pinto Giannini, Susana Pimentel; de Assis Moura Ghirardi, Ana Carolina; de Fraga e Karmann, Delmira; Silva, Eliana Egerland; Figueira, Silmara (gener de 2010). La influència dels hàbits vocals abusius, la hidratació, la masticació i el son en l'aparició dels símptomes vocals en els mestres. [Consulta: 23 de 23 anys]. 24 (1): 86–92. Doi:10.1016/j.jvoice.2008.06.001. Modifica la seva reservaweb
^ Diagnòstics i tractaments mèdics comuns en usuaris de veu professionals arxivats el 9 d'octubre de 2010, a la Wayback Machine
^ "Cantants, evitem problemes vocals!". Voiceteacher.com. 1987-08-01. [Consulta: 25 març 2013].
^ "Tècniques vocals de supervivència per a cantants que abusen i sobreutilitzar les seves veus". Ent-consult.com. [Consulta: 25 març 2013].
^ "Centre de veu i empassar - Trastorns de la veu". Entandallergy.com. Arxivat de l'original el 2012-01-15. [Consulta: 25 març 2013].
^ Davies, Shela, "Consells de so: La seva guia d'una veu forta, clara, fàcil" Arxivat2018-03-31 a la Wayback Machine
^ Vegeu, J. E.; Zuskin, E.; Bouhuys, A. (14 de maig de 1971). El 1997, el govern de LasU va ser un dels primers a fer-ho. La ciència. 172 (3984): 741–743. Codi Bib:1971Sci... 172..741S. doi:10.1126/science.172.3984.741. Modifica la seva reservaweb
^ Un, L.C.; Berg, C. J.; Klatt, C.M.; Perry, C. L.; [Consulta: 19 agost 2015]. Luo, X.; Ehlinger, E.; [Consulta: 5 març 2009]. "Símptomes de tos i falta d'alè entre els fumadors adults joves ocasionals". Investigació de nicotina i tabac. 11(2): 126–133. Doi:10.1093/ntr/ntp015. Modifica la seva reservaweb Modifica la seva reserva el gener del 2011[Consulta: 25 març 2013].
^ "Bronquitis". um.edu. 2012-12-03. [Consulta: 25 març 2013].
^ [2][enllaçmort]
^ "Asma". Netdoctor.co.uk. [Consulta: 25 març 2013].
^ Jump up to:Un b c El 1997, el govern de Markham va ser el primer a fer-ho. "Com esborrar flegma de la gola". Salut dels homes. [Consulta: 11 maig 2019].
^ "flegmàtic". Diccionari anglès d'Oxford (en línia ed.). Oxford Premsa Universitària.(Subscripció o pertinença a la institució participant requerida.) s'hi va accedir el 27 de maig de 2012.
^ Charles Richet, MD, professor de Fisiologia de la Universitat de París. Humorisme antic i humorisme modern. Lliurat al Congrés Internacional de Fisiologia celebrat a Viena, del 27 al 30 de setembre de 1910, segons es va informar a la pàgina 921 del British Medical Journal de l'1 d'octubre de 1910: Richet C (1910). "Una adreça sobre l'humor antic i l'humor modern: Lliurat al Congrés Internacional de Fisiologia celebrat a Viena, del 27 al 30 de setembre". Br Med J. 2 (2596): 921–6. Doi:10.1136/bmj.2.2596.921. Modifica la puntuació: 2336103. Modifica la seva reservaweb

Lectures addicionals

A Wikimedia Commons hi ha contingut multimèdia relatiu a: Bodily fluids

Control de l'autoritat

Modificala seva reserva web