



Snorker som en mann...

Spørsmål: Gutten vår på snart fem år snorker som en voksen mann. Er det noe vi bør gjøre noe med? Vil han vokse det av seg?

Svar: En av ti barn i førskolealderen snorker. Lyden skyldes vibrasjoner i slimhinnen fordi luftstrømmen begrenses av tett nese, godartete svulster (falske mandler), tykt vev i svelget på grunn av generell overvekt eller andre årsaker. Når luftstrømmen ikke passerer fritt må man ta i ekstra for å treffe tilstrekkelig med luft ned i lungene. Undertrykket som oppstår fører til at ulike deler av slimhinnen suges mot hverandre og vibrerer. Snorke gjør man først og fremst når man ligger på ryggen for da synker det myke vevet omkring drøvelen bakover i svelget. Hos voksne forsterkes snorkingen hvis man har drukket alkohol eller tatt beroligende/søvndyssende medikamenter fordi musklene i svelget slappere av og slimhinnen får flagre friere.

Dersom luftstrømmen hindres i vesentlig grad, kan pusten periodevis stoppe helt opp. Derved avtar blodets innhold av surstoff. Søvn forstyrres og tretthet på dagtid er vanlig. Hos noen barn er pustestopp en medvirkende årsak til sengevæting og generelt dårlig trivsel.

En vanlig årsak til snorking hos barn er utvekster i slimhinnen øverst i svelget (falske mandler) og ved siden av drøvelen (vanlige mandler). Disse utvekstene er en del av kroppens immunforsvar og hovner opp i forbindelse med forkjølelser og halsbetennelser. Betydningen av mandlenes størrelse avtar gjerne når dimensjonene i luftveiene øker i takt med barnets vekst. Mange barn vokser derfor av seg problemene.

Hvis gutten deres snorker ofte selv om han ikke er forkjølet, synes jeg at dere bør kontakte

fastlegen for en vurdering. Det gjelder særlig hvis han har pustestopp.