

Węch i jego dysfunkcje

Węch to jeden ze zmysłów, określanych jako zmysły chemiczne (drugi to smak) – daje nam on umiejętność wykrywania i rozróżniania różnych substancji chemicznych poprzez nos. Zmysł węchu podrażniony przez zapach przekazuje informacje do mózgu. Co ciekawe – człowiek rozróżnia około kilku tysięcy różnych zapachów.

Jak wiemy węch jest dla nas bardzo ważny i trudno sobie wyobrazić, że mamy problem z rozróżnianiem zapachów. Węch bowiem nie jest tylko po to, by sprawiać przyjemność, ale również by ostrzegać przed niebezpieczeństwem. Wiemy również z doświadczenia, że węch jest bezpośrednio powiązany ze smakiem. Przekonał się o tym każdy, kto próbował się rozkoszować ulubioną potrawą mając równocześnie katar. Można wyróżnić różne dysfunkcje zmysłu węchu – czasem na przykład następuje całkowita utrata węchu a czasem po prostu odczuwa się nieistniejące zapachy. Jednakże u dzieci można częściej wykryć nadwrażliwość węchową lub osłabienie węchu.

Jeśli dziecko wyjątkowo często unika zapachów, silnie odpychająco reaguje na nie lub na przykład reaguje silną nietolerancją na niektóre pokarmy – należałoby się zastanowić czy nie są to objawy nadwrażliwości węchowej. Kiedy u dziecka stwierdzimy nadwrażliwość węchową może okazać się, że właśnie z tym związane jest zachowanie dziecka charakteryzujące się wycofaniem się, choć nie jest to reakcja, która występuje w każdym przypadku nadwrażliwości.

Niedowrażliwość węchowa u dziecka może być związana z wieloma przyczynami – na przykład z patologicznie zalegającą wydzieliną w nosie, alergią, skrzywieniem przegrody nosowej, polipami, urazami głowy, zapaleniem błony śluzowej. W efekcie możemy obserwować wzmożoną potrzebę szukania silnych zapachów lub słabe reakcje na zapachy określane jako nieprzyjemne.

Jeśli niepokoi nas zachowanie naszego dziecka w kwestii reagowania na zapachy, należy w pierwszej kolejności wykluczyć wszelkie dysfunkcje aparatu węchowego, czyli odwiedzić lekarza laryngologa a czasem również neurologa. Jeśli badania u specjalistów nie wykażą dysfunkcji w budowie aparatu węchu lub zaburzeń działania części mózgowej odpowiedzialnej za przetwarzanie zapachów – można poszukać wsparcia i odpowiedzi w terapii Integracji Sensorycznej, która pomoże usprawnić węch i pomóc dziecku funkcjonować w sposób efektywny w świecie.

Czy można jednak nauczyć się rozpoznawania zapachów? Tak, poprzez systematyczne ćwiczenia węchu. Robi się to przez zestawianie konkretnych rzeczy z zapachami do nich przynależnymi. Ważne, by nie przesadzić w dostarczaniu dziecku bodźców węchowych – należy obserwować dziecko i jego reakcje oraz starać się podążać za jego potrzebami i wytrzymałością w tym temacie. Zbyt silne zapachy bowiem, przez pobudzenie jego układu nerwowego, mogą wywołać u dziecka zachowania niepożądane.

Psycholog mgr Alina Kornak