



AKUTNÍ INFEKCE DÝCHACÍ CEST NÁS TRÁPÍ AŽ ŠESTKRÁT ROČNĚ

AKUTNÍ INFEKCE ORL OBLASTI, TEDY HORNÍCH CEST DÝCHACÍCH A POLYKACÍCH, JSOU INFEKČNÍ ONEMOCNĚNÍ S MAXIMEM VÝSKYTU V PODZIMNÍCH A ZIMNÍCH MĚSÍCÍCH. ZATÍMCO DOSPĚLÍ ONEMOCNÍ AKUTNÍ INFEKČÍ HORNÍCH CEST DÝCHACÍCH 2–3KRÁT ROČNĚ U DĚTÍ JE VÝSKYT MNOHONÁSOBNĚ VYŠŠÍ.

MUDr. Petra Bruthansová

Udává se, že mladší děti do 10 let onemocní akutní infekcí horních cest dýchacích (nejčastěji rýma, kašel, záněty hltanu) 7–10x ročně. Důvodem je vyzrávající imunitní systém dítěte („učí“ na infekce reagovat a teprve si vytváří imunitní paměť), také však blízký kontakt dětí při hře a pobyt v uzavřených prostorách, kde se infekce velmi rychle šíří. Přenos respiračních onemocnění se děje kapénkovou nákazou, tedy při kašláním, kýčáním a smrkáním.

KDY ZŮSTAT DOMA A KDY ZAJÍT K LÉKAŘI

Napříč všemi věkovými skupinami je až 85% akutních infekcí vyvoláno viry, pouze necelá jedna pětina onemocnění má příčinu bakteriální. Proto je velmi důležité střídání užívání antibiotik, která by měla být předepisována pouze nemocným právě s bakteriální infekcí. V ostatních případech jsou totiž nejen neúčinná, ale navíc zbytečně zatěžují organismus nemocného a zvyšují riziko nárůstu bakteriální rezistence.

Virová onemocnění léčíme symptomaticky, tzn. ovlivňujeme a zmírňujeme pouze příznaky. Pro většinu z nich je typická bolest v krku, současně pálení v nose a nosohltanu, pocit ucpaného nosu a rýma, též se může přidat chrapot, kašel a bolest při polykání. Návštěva lékaře není často nutná, nicméně otálet by neměli ti, u nichž dojde po několika dnech ke zhoršení obtíží, pokud bolest a teplota nereaguje na běžné léky proti horečce a bolesti a také když onemocnění trvá déle než týden nebo jsou-li obtíže jednostranné.

NEJČASTĚJŠÍ INFEKCE

Nejčastějším onemocněním horních cest dýchacích je **akutní rýma**. V naprosté většině případů jde o virové infekční onemocnění přenášené kapénkově, bakterie se uplatňují vzácně. Mezi typické projevy patří pálení v nose a nosohltanu, často se přidává pálení a bolest v krku, rýma a pocit ucpaného nosu často doprovázený poruchou čichu. Z celkových příznaků se můžeme setkat s bolestí svalů a kloubů, bolestí hlavy. Teplota u dětí může na počátku onemocnění vyšplhat až k 39 °C, u dospělých obvykle nepřesahuje 38 °C. Příznaky nekomplikovaného onemocnění zpravidla vymizí do týdne.

K léčbě jsou vhodné nosní kapky k oplásknutí sliznice, které usnadňují vysmrkávání, zmírňují pocit ucpaného nosu, a zejména u dětí významně snižují riziko rozvoje akutního zánětu středního ucha, dále je možno užívat solné roztoky ve spreji. Při bolesti v krku lze obtíže zmírnit užíváním antiseptických pastilek a sprejů, lze užívat lokálně účinné antibiotikum ve spreji (**Bioparox**), který má i účinek proti bolesti a otoku.

Akutní záněty hltanu jsou druhým velmi častým onemocněním horních cest dýchacích a polykacích. Nejčastěji se setkáváme s virovou faryngitidou, která se projevuje pálením až řezáním a bolestí v krku, postižena je zejména sliznice zadní stěny hltanu. V případě vážnosti, zda navštívit lékaře či ne, pomohou domácí testy hladiny CRP, která se zvyšuje zejména při bakteriálních infekcích. Virová i bakteriální infekce se projevuje silnou bolestí v krku, která je často zhoršovaná polykáním, může vystřelovat do úhlu čelisti a do uší. Z celkových příznaků bývají vysoké teploty, zimnice, někdy i celková schvácenost a bolesti svalů a kloubů. V případě virového zánětu dominuje zarudnutí zadní stěny hltanu. Obvykle se přidává rýma a s ní spojené příznaky, celkově onemocnění probíhá mírněji než akutní bakteriální infekce. Ty označujeme jako angíny a v lokálním nálezu v dominuje zánětlivé postižení obvykle krčních mandlí, které jsou zarudlé, prosáklé a často pokryté bělavými povlaky. Reaktivní zvětšení spádových lymfatických uzlin je v případě obou typů zánětů pravidlem, stejně jako teploty, které neřídka přesahují 40 °C.

Léčba akutní bakteriální angíny je antibiotická a lékem volby je Penicilin-V po dobu 7-10 dnů. Lokální příznaky zmírní tytéž léky, jež používáme v léčbě virových infekcí, při kterých ovlivňujeme pouze příznaky onemocnění. Bolest v krku i teplotu zmírní běžné volně prodejné přípravky k ovlivnění bolesti a teploty (Paralen, Ibalgin, Aspirin...), lokálně uleví antiseptické pastilky a spreje nebo výplachy dutiny ústní dezinfekčními ústními vodami, lze použít i lokálně působící antibiotikum ve spreji (**Bioparox**), který mírní bolest i otok a navíc snižuje riziko nasednutí druhotné bakteriální infekce.

Akutní záněty hrtanu jsou zpravidla virová onemocnění postihující děti i dospělé. Mezi příznaky onemocnění patří pálení a bolest v krku, chrapot až úplná ztráta hlasu a kašel. Někdy se přidává i rýma. Celkové příznaky jako teplota, bolesti hlavy, svalů a kloubů nebývají závažné a mizí během několika dnů. V léčbě doporučujeme běžné léky k ovlivnění bolesti a teploty, např. nesteroidní antirevmatika, která zmírní bolest i teplotu, není chybou doporučit inhalace a antiseptické pastilky nebo spreje.

JAK SE INFEKČÍM VYHNOUT

Akutní infekce postihují většinu z nás několikrát ročně. Jak se infekcím vyhnout? Zejména v době epidemií je vhodné se vyvarovat návštěv přeplněných prostor, jako jsou supermarkety, kina a divadla. Vhodná je zvýšená konzumace ovoce a zeleniny, přiměřené sportování a otužování, dostatečný příjem tekutin. Nezbytné je i časté mytí rukou a rozumné oblékání, abyste zejména při rychlém střídání teplot neprochladli.