

Farmaceutická péče při samoléčení pacientů s nachlazením a chřipkou

Lenka Ťupová¹, Martin Doseděl^{1,2}

¹Katedra sociální a klinické farmacie, Farmaceutická fakulta Univerzity Karlovy, Hradec Králové

²Ošetrovatelský úsek, Nemocnice Šumperk

Infekce horních cest dýchacích patří mezi nejčastější onemocnění, se kterými přichází pacienti do lékárny. Lékárník či farmaceutický asistent by měl na základě dostupných a získaných informací o pacientovi zhodnotit jeho stav a posoudit vhodnost samoléčení. V případě samoléčení by měl pacientovi doporučit vhodné přípravky zvolené individuálně dle jednotlivých symptomů nemoci a následně vysvětlit, jak s doporučenými přípravky zacházet a jakými opatřeními maximalizovat jejich účinek a případně též minimalizovat jejich rizika.

Klíčová slova: nachlazení, chřipka, samoléčení, symptomatická léčba, OTC léčivé přípravky.

Pharmaceutical care in self-treatment of patients with common cold or influenza

Upper respiratory tract infections belong to the most common diseases that patients come to the pharmacy with. Based on the available and gathered information, the pharmacist or pharmaceutical assistant (PA) should assess the patient's condition and risk factors and determine the suitability for self-treatment. In that case, the pharmacist or PA should recommend an appropriate medicine based on the individual patient's symptoms. He or she should also explain how to administer the medication in order to maximize its effect or minimize its potential risks.

Key words: common cold, influenza, self-treatment, symptomatic treatment, OTC drugs.

Období podzimu až jara je tradičně spojeno se zvýšeným výskytem infekčního onemocnění horních cest dýchacích, které je snad nejběžnějším lidským onemocněním a také jedním z nejčastějších důvodů pro návštěvu lékárny v těchto měsících. Ve většině případů se jedná o klasické nachlazení, které je způsobeno primárně virovými původci (např. rhinoviry, koronaviry, parainfluenza viry) a je provázeno většinou mírnými příznaky, mezi které řadíme především bolest v krku, ucpaný nos, kašel a zvýšenou teplotu (u dětí často i horečka). Nástup onemocnění je obvykle pozvolný a odeznívá v průběhu 7–10 dní. Oproti tomu pro chřipku, způsobenou výhradně chřipkovými viry ze skupiny Orthomyxoviridae, je typický velmi rychlý nástup spojený s vysokou horečkou, zimnicí, intenzivní bolestí hlavy, svalů

a kloubů doprovázené silnou únavou trvající i týdny po odeznění akutní fáze (Tab. 1). Ke správnému odhadu diagnózy může též přispět období, ve kterém pacient navštíví lékárnu. Zatímco s běžným nachlazením přichází pacienti od začátku podzimu až do jara, chřipka je spíše sezónní záležitost, přičemž

vrcholu dosahuje v ČR zpravidla ve dvou vlnách, a to první 3 týdny v prosinci a následně v období kolem února–března. V současné době nesmíme rovněž opomenout případnou infekci novým koronavirem SARS-CoV-2 způsobujícím onemocnění covid-19. Příznaky onemocnění jsou velmi různorodé a mezi jed-

Tab. 1. Přehled typických příznaků chřipky a nachlazení

Příznak	Chřipka	Nachlazení
Nástup onemocnění	Náhlý, během 24–48 h	Pozvolný, vrchol za 2–4 dny
Horečka	Vysoká	Ne nebo zvýšená teplota
Bolest hlavy	Ano	Ano
Kašel	Ano, suchý dráždivý	Pokašlávání, kýchání
Rýma	Spíše ne	Ano
Bolest v krku	Spíše ne	Ano
Zimnice	Ano	Ne
Bolest svalů a kloubů	Ano	Ne
Délka trvání	14 dní, únava i několik týdnů	7–10 dní

Tab. 2. Přehled varovných symptomů v terapii chřipky a nachlazení:

Odeslat k lékaři	Průběh onemocnění	- intenzivní příznaky (horečka $\geq 40^\circ$, bolest na hrudi při nádechu/kašli) - náhlé zhoršení - trvání > 5 dní (3 dny u rizikových skupin)
	Chronické onemocnění	- KVS onemocnění - diabetes mellitus - astma bronchiale - nádorová onemocnění - imunosupresivní terapie
Zvýšená opatrnost	Pacienti	- dítě ≤ 6 měsíců - senior ≥ 65 let - těhotná žena

notlivými pacienty se výrazně liší, zahrnují horečku, kašel, bolesti hlavy, svalů a zad, slabost, vyčerpání, průjem aj. Při podezření na tuto infekci je nezbytné pacienta ihned odeslat do testovacího centra či mu doporučit kontaktovat lékaře (1–5).

Úlohou lékárníků a farmaceutických asistentů (dále jen lékárníků) je garance účinného a bezpečného samoléčení. Toho lze dosáhnout vedením účelné komunikace s pacientem, jejímž cílem je získat potřebné informace o průběhu onemocnění a na základě těchto poznatků odhadnout příčinu obtíží a zahájit proces samoléčení, nebo při výskytu varovných symptomů (Tab. 2) nasměrovat pacienta k lékaři (možno podat tzv. „resque terapii“ na úlevu od symptomů). Při hodnocení rizika musíme vzít v potaz věk pacienta (dítě ≤ 6 měsíců, senior ≥ 65 let), délku potíží, které se nezlepšují nebo náhle zhoršují (2–3 dny), a také přidružená onemocnění jako kardiovaskulární onemocnění, astma bronchiale, diabetes mellitus, krevní onemocnění, podezření na sekundární bakteriální infekci aj. U žen považujeme za rizikový faktor rovněž těhotenství.

V případě nekomplikovaného průběhu lze zahájit samoléčení, jehož průběh a strategie by měla být pacientovi navržena a srozumitelně vysvětlena lékárníkem. Základem samoléčení nachlazení a nekomplikovaného průběhu chřipky a covidu-19 je odpočinek a dodržování režimových opatření (dostatek tekutin, lehká strava s dostatkem ovoce a zeleniny, zamezení kontaktu s jinými osobami) v kombinaci se symptomatickou léčbou jednotlivých příznaků, přičemž mezi základní skupiny léčiv patří antipyretika/analgetika, expektorancia a mukolytika, antitusika, dekongestiva a lokální antiseptika/anestetika/analgetika. Dále může

být léčba podpořena užíváním rostlinných léčivých přípravků, homeopatik či doplněním vitaminů a minerálů. Pro samoléčení bychom měli preferovat registrované volně prodejné léčivé přípravky, u nichž je deklarovaný obsah a účinnost obsažených látek, před doplňky stravy či jinými kategoriemi volně prodejných přípravků (OTC). Výhodu léčivého přípravku před dalšími kategoriemi OTC by měl být lékárník schopen vždy pacientovi vysvětlit.

Důležitým aspektem je rovněž poučení o prevenci těchto onemocnění do budoucna, k čemuž může pomoci pravidelný přísun ovoce a zeleniny, dostatek pohybu, otužování, umývání rukou, zamezení kontaktu s infikovanou osobou a v případě chřipky a covidu-19 očkování dle doporučených schémat. Otázkou zůstává preventivní užívání imunostimulancií (př. echinacey, B-glukanů či probiotik), u nichž stále chybí dostatečné doklady o jejich účinku z hlediska Evidence Based Medicine (EBM, Medicína založená na důkazech) (1–6).

Antipyretika/analgetika

Zvýšená teplota (popř. horečka nad 38°C) a bolesti hlavy patří mezi velmi časté příznaky nachlazení a v případě chřipky jsou typické též intenzivní bolesti svalů a kloubů. U rizikových pacientů (dítě ≤ 6 měsíců, seniori ≥ 65 let, chroničtí pacienti, těhotné) je vhodné zahájit léčbu již při zvýšené teplotě, u nerizikových pacientů se doporučuje tlumit teplotu až při překročení 38°C , nicméně z důvodu tlumení bolesti mohou být léky podány dříve. Mezi léčiva volby patří u dospělých paracetamol, ibuprofen a kyselina acetylsalicylová (ASA). Účinná dávka paracetamolu je orientačně 500 mg do 60 kg a 1000 mg nad 60 kg (přesnější dávkování na hmotnost viz níže s maximem 1000 mg jednorázově). Dávku lze zopakovat po 4 hodinách a maximální denní dávka je u krátkodobé medikace 4 g. Paracetamol lze relativně bezpečně podávat s výjimkou těžkého poškození jater všem rizikovým pacientům, těhotným ženám i dětem. U dětí se dávkuje dle hmotnosti (10–15 mg/kg, maximální denní dávka 60 mg/kg).

Ibuprofen patří do skupiny nesteroidních antiflogistik (NSAID). Dospělým se obvykle podává v dávce 200–400 mg a maximální denní dávka je 2,4 g (dítě 10 mg/kg, maximální denní dávka 40 mg/kg), přičemž v rámci samoléčení

se doporučuje nepřekračovat denní dávku 1200–1600 mg. Z důvodu lokálního dráždění žaludeční sliznice je doporučováno užití po jídle, pokud je to s ohledem na další okolnosti a pacienta možné. Zcela kontraindikováno je jeho podání pacientům s aktivní vředovou chorobou, poruchou hemokoagulace a těhotným ženám ve třetím trimestru. Zvýšené opatrnosti by se mělo dbát u pacientů s kardiovaskulárním onemocněním, astmatem a poruchou funkce ledvin či jater.

ASA se podává v dávce 500–1000 mg v rozestupech 4–6 h. Maximální denní dávka jsou 4 g. Kontraindikace a omezení jsou velmi podobné jako u ibuprofenu. Absolutní kontraindikace je zde navíc u pacientů s astmatem, krvácivými stavy, před chirurgickým výkonem a u dětí mladších 16 let z důvodu obav před Reyovým syndromem (7, 8).

Všechny výše diskutované účinné látky jsou dostupné i v řadě kombinací (např. zesílení účinku pomocí kofeinu), určených pro léčbu zejména akutní bolesti. Dle mezinárodního žebříčku hodnotícího účinnost jednotlivých analgetik (The Oxford League Table of Analgesic Efficacy) lze za jednu z nejvýhodnějších považovat kombinaci paracetamolu (500 mg) s ibuprofenem (200 mg) (9).

Pro tlumení bolesti lze případně použít i léčiva s obsahem naproxenu nebo diklofenaku. Obě látky patří stejně jako ibuprofen do skupiny NSAID a mají tedy i antipyretický účinek. Pro naproxen je typický pozvolný, avšak dlouhý účinek, a proto je podáván maximálně 3× za den v dávce 275 mg s rozstupem alespoň 8 h. Diklofenak je podáván v dávce 25–50 mg každých 4–6 h. Maximální denní dávka pro samoléčení by neměla přesáhnout 150 mg (7, 8). Přehled OTC přípravků s analgetickým a antipyretickým účinkem včetně kombinací je v tabulce 3.

Mukolytika a expektorancia

Tato léčiva jsou určena k symptomatické léčbě produktivního kašle. Mechanismus účinku spočívá především ve snížení viskozity a usnadnění odchodu hlenů z dýchacích cest. Dostupné jsou ve formě kapek, sirupů, tablet, šumivých tablet, kapslí či granulátů (Tab. 4). Obvykle se podávají 3× denně (s výjimkou retardovaných forem), přičemž

Tab. 3. Přehled OTC léčivých přípravků s antipyretickým a analgetickým účinkem

Jednosložkové	Účinná látka	Dávkování při samoléčení	Důležitá upozornění/doporučení	Produkty (LF)
	Paracetamol	Dospělí: 500 mg do 60 kg, 1000 mg nad 60 kg. Rozestup 4–6 h. Maximální denní dávka 4 g Děti: 10–15 mg/kg. Rozestup 4–6 h. Maximální denní dávka 75 mg/kg	KI: těžké formy jaterní insuficience, akutní hepatitida	Paralen (tbl nob, sup, sus, por plv sol scc), Panadol (sup, por sus, tbl flm), Paracetamol Accord (tbl eff), Paracetamol Aurovitas (tbl nob), Paracetamol Stada (por plv sol scc), Paramax Rapid (tbl nob), Paramegal (tbl nob), Parapyrex (tbl nob)
	Ibuprofen	Dospělí: 400 mg, Rozestup 4–6 h. Maximální denní dávka 2,4 g Děti: 5–10 mg/kg, rozestup 6–8 h. Maximální denní dávka 40 mg/kg	Užít s jídlem nebo po jídle Opatrnost u snížené funkce jater a ledvin KI: Ulcerace GIT, poruchy hemokoagulace, závažné srdeční, jaterní, ledvinové selhání, astma bronchiale, třetí trimestr těhotenství Podstatné LI: ASA, ostatní NSAID, antikoagulantia (např. warfarin), léčiva s rizikem krvácení do GIT (př. systémové kortikoidy, SSRI), antihypertenziva (ACEI, sartany, diuretika)	Apo-ibuprofen (tbl flm, cps mol), Brufen (tbl flm), Ibalgín (tbl flm, por sus, cps mol), Ibudolor (por sus), Ibumax (tbl flm), Ibuprofen AL (tbl flm), Ibuprofen Dr. Max (cps mol, tbl flm, por sus), Ibuprofen Galmed (tbl flm), Nurofen (tbl obd, cps mdm, sup, por sus)
	ASA	Dospělí: 500–1000 mg, rozestup 4–6 h. Maximální dávka 4 g	KI: viz ibuprofen Krvácivé stavy, před chirurgickým výkonem Děti do 16 let	Acygal (tbl nob), Acylpyrin (tbl nob, tbl eff), Algirin (tbl nob), Anopyrin (tbl nob), Aspirin (tbl obd)
	Naproxen	Od 12 let. Dávka 275 mg. Rozestup 8–12 h. Maximální denní dávka 825 mg pro samoléčení	Viz ibuprofen	Nalgesin S (tbl flm)
	Diklofenak	Od 14 let. Dávka 25–50 mg, rozestup 4–6 h. Maximální denní dávka 150 mg pro samoléčení	Viz ibuprofen	Diclofenac AL (tbl ent), Diclofenac Dr. Müller Pharma (sup), Dicuno (tbl flm), Veral (tbl ent), Voltaren ActiGo Extra (tbl obd), Voltaren Rapid (cps mol)
Kombinované (silnější bolest)	Účinné látky	Věk/upozornění	Přídavný efekt	
	Paracetamol			
	+ kofein	Od 12 let Omezit konzumaci kofeinových nápojů	Zvýšení analgetického účinku paracetamolu	Panadol Extra (tbl flm, tbl eff), Paralen Extra proti bolesti (tbl flm), Paramax Combi (tbl nob), Parapyrex Combi (tbl nob)
	+ ibuprofen	Od 18 let	Zesílení analgetického účinku	Cetalgen (tbl flm)
	+ ASA + kofein	Od 16 let	Zesílení analgetického účinku	Acifein , Migralgin , Thomapyrin (vše tbl nob)
	+ kofein + propyfenazon	Od 12 let (Saridon) Opatrnost u poruch hematopoetického systému. KI: jaterní a ledvinové insuficience	Zesílení analgetického účinku	Valetol , Saridon (vše tbl nob)
	+ kofein + guaifenesin	Od 15 let KI: myasthenia gravis. Pozor na sedativní efekt	Uvolnění svalů. Zesílení analgetického účinku. Anxiolytický efekt	Ataralgin (tbl nob)
	Ibuprofen			
	+ kofein	Od 18 let	Zesílení analgetického účinku	Ibalgín Plus (tbl flm)
	ASA			
	+ kofein	Od 16 let	Zesílení analgetického účinku	Acylcoffin (tbl nob)

poslední dávka by měla být směřována do pozdějšího odpoledne tak, aby se předešlo nočnímu dráždění ke kašli. Pro maximalizaci účinku je vhodné zajistit dostatečný přísun tekutin. Mezi nejčastěji používané zástupce patří ambroxol (jeho proléčivo bromhexin) a N-acetylcystein. Ambroxol zvyšuje mukociliární transport a zároveň snižuje viskozitu hlenu. Ve vhodné lékové formě jej lze podat i dětem od 6 měsíců. Zvýšené opatrnosti je nutné dbát u pacientů s vředovým onemoc-

něním GIT. N-acetylcystein funguje především na principu „ředění hlenu“ (rozrušení disulfidových můstků v mukoproteinech hlenu), k samoléčení je vhodný od věku 2 let. Kvůli možným farmakokinetickým interakcím, potenciálně vedoucím ke snížení účinku některých antibiotik (aminoglykosidy, cefalosporiny, polosyntetické peniciliny a tetracykliny), by měl být podáván alespoň s 2h odstupem od těchto látek. Příbuzná látka erdostein lze pro samoléčení podávat dětem od 12 let. Má

přídavný protizánětlivý účinek a snižuje adhezivitu bakterií ke sliznici dýchacích cest, čímž výrazně přispívá i k omezení exacerbací u pacientů s CHOPN. Posledním zástupcem z této skupiny je karbocystein, aktuálně je dostupný pouze v jednom léčivém přípravku a je určen pro děti od 6 let. Čistě expektoračně působí na průdušky guaifenezin, který také vykazuje myorelaxační a anxiolytické účinky, pro něž je s oblibou užíván do kombinovaných přípravků s analgetiky/antipyretiky. Pacienti

Tab. 3. Pokračování ze strany 248

Kombinované (chřipka a nachlazení)	Paracetamol			
	+ fenylefrin	Od 12 let (dle výše obsahu úč. látek) KI: závažná hypertenze a KVS onemocnění, hypertyreóza, diabetes mellitus, glaukom s uzavřeným úhlem, retence moči LI: inhibitory MAO, tricyklická antidepresiva, betablokátory, reserpin	Uvolnění nosu, usnadnění odchodu sekretu při sinusitidě	Coldrex horký nápoj (por plv sol scc), Paralen Grip horký nápoj (por gra sus), Tantogrip (por plv sol scc), Vicks Symptomed Classic (por plv sol scc)
	+ fenylefrin + kofein	Od 12 let KI: viz fenylefrin	Viz fenylefrin + zesílení analgetického efektu	Paralen Grip chřipka a bolest (tbl flm)
	+ fenylefrin + dextromethorfan	Od 12 let a 40 kg KI: viz fenylefrin + produktivní kašel LI: léky zvyšující hladinu serotoninu	Viz fenylefrin + tlumení suchého dráždivého kašle	Paralen Grip chřipka a kašel (tbl flm)
	+ fenylefrin + guaifenesin	KI: viz fenylefrin + myasthenia gravis	Viz fenylefrin + uvolnění svalů, expektorans	Theraflu (cps dur, por plv sol scc), Vicks Symptomed Complete (por plv sol scc)
Kombinované (chřipka a nachlazení)	+ feniramin-maleinát + vitamin C	Od 15 let a 50 kg KI: viz fenylefrin Pozor na možný sedativní efekt	Snížení sekrece z nosu a slzení Omezení záchvatů kýchání	Nogrip (por gra sol scc)
	+ chlorfenamin-maleinát + kofein + vitamin C	Od 12 let Opatrnost u GIT ulcerací, alkoholismu, poruch štítné žlázy, KVS onemocnění, astma bronchiale, úzkosti, nespavosti, glaukomu s uzavřeným úhlem, retenci moči	Snížení sekrece z nosu a slzení, bronchodilatace Zesílený analgetický efekt	Grippostad (cps dur)
	+ kofein + fenylefrin + terpinum + vitamin C	Od 12 let. KI: viz fenylefrin	Viz fenylefrin + expektorans	Coldrex (tbl nob)
	Ibuprofen			
	+ fenylefrin	Viz kombinace s paracetamolem	Viz kombinace s paracetamolem	Ibalgin Grip (tbl flm)
Kombinované (chřipka a nachlazení)	ASA			
	+ vitamin C	Od 16 let	Podpora imunitního systému	Acylpyrin +C, Aspirin C (tbl eff)
RLPO	Paracetamol			
	+ pseudoefedrin + dextromethorfan	Od 15 let KI: viz fenylefrin, paracetamol a dextromethorfan	Uvolnění nosu, tlumení suchého kašle	Paralen Plus (tbl flm)
	Ibuprofen			
	+ pseudoefedrin	Od 12 let (Modafen) KI: viz fenylefrin	Uvolnění nosu	Grippecton, Modafen, Nurofen Stopgrip (vše tbl flm)

Tab. 4. Přehled OTC léčivých přípravků pro léčbu produktivního kašle

Účinná látka	Věk pro samoléčení	Důležitá upozornění/doporučení	Produkty (LF)
N-acetylcystein	Od 2 let dle LF a síly (ACC sirup)	KI: aktivní vředová choroba Doporučení: Opatrnost u astma bronchiale Rozestup od ATB Doplňovat tekutiny	ACC (sir, cps dur), ACC LONG (tbl eff), Acetylcystein Dr. Max (tbl eff), Mucobene (por gar sol scc), Nac AL (tbl eff), Sanomux (tbl eff), Solmucol (por gra sol scc, pas)
Ambroxol	Pro samoléčení od 2 let dle LF a síly (Mucosolvan junior)	Opatrně u GIT ulcerací Doplňovat tekutiny	Ambrobene (tbl nob, por sol, sir) Ambrosan (tbl nob), Ambrospray 5% (spr), Ambroxol AL (por gtt sol, tbl nob) Ambroxol AL retard (tbl nob), Ambroxol Dr. Max (sir), Mucosolvan (por/inh sol, tbl nob, pas mol, sir) Mucosolvan junior (sir) Mucosolvan long effect (cps pro), Solvolan (sir)
Bromhexin	Od 2 let dle LF a síly	KI: ulcerace GIT, těhotenství a kojení Doplňovat tekutiny	Bromhexin Berlin-chemie (tbl obd, por gtt sol), Bromhexin Egis (por gtt sol), Bromhexin Galmed (por gtt sol), Bromhexin KM (por gtt sol)
Erdostein	Pro samoléčení od 12 let nebo nad 30 kg	Opatrnost při ulceraci GIT a astma bronchiale Doplňovat tekutiny LI: zvyšuje účinnost ATB	Erdomed (por gra sus)
Karbocystein	Od 6 let	Opatrnost při ulceraci GIT a astma bronchiale Doplňovat tekutiny	Pectodril na vlhký kašel (sir)
Guaifenesin	Od 2 let	KI: myasthenia gravis. Pozor na sedativní efekt Doplňovat tekutiny	Robitussin expectorans na odkašlávání (sir), Guajacuran (tbl obd)
Fytofarmaka (viz Tab. 9)	—	—	—

Tab. 5. Přehled OTC léčivých přípravků pro léčbu suchého dráždivého kašle

Účinná látka	Věk pro samoléčení	Důležitá upozornění/ doporučení	Produkty (LF)
Butamirát	Samoléčení od 2 let Do 2 let po poradě s lékařem	KI: produktivní kašel	Sinecod (por gtt sol, tbl pro, sir), Tussical (sir), Tussin (por gtt sol)
Butamirát + guaifenezin	Od 6 měsíců (sirup)	KI: myasthenia gravis	Stoptussin (por gtt sol, sir, tbl nob)
Dextromethorfan	Od 6 let (Robitussin)	KI: produktivní kašel, léčiva zvyšující hladinu serotoninu	Dinarex (sir), Mugotussol (sir), Robitussin antitusicum na suchý dráždivý kašel (sir)
Levodropropizin	Od 2 let dle síly a LF.	KI: produktivní kašel, závažná jaterní insuficience, těhotenství a kojení. Pozor na sedativní efekt	Levopront (tbl nob, por gtt sol, sir)

je třeba poučit o jeho možném sedativním efektu. Další možnost mukolytické léčby představují rostlinné léčivé přípravky zahrnující především rostlinné silice (př. cineol), extrakty z břečťanu, tymiánu, proskurníku či jitrocele. Tyto přípravky lze využít v kombinované terapii s ostatními expektorancií či mukolytiky, ale i jako monoterapii. V praxi jsou často využívány u dětí (7, 8, 10, 11).

Antitusika

Antitusika (Tab. 5) jsou užívána pro léčbu suchého a dráždivého kašle různého původu. Obecně nelze doporučit jejich kombinaci s výše diskutovanými mukolytiky a expe-

torancií, jelikož vykazují protichůdný účinek. Lze je však krátkodobě užít ve večerní dávce za účelem tlumení nočního kašle při současném podání expektorancií či mukolytik během dne. Dostupná jsou ve formě kapek sirupů nebo tablet a systematicky je lze dělit na dvě skupiny: centrálně působící a periferně působící antitusika. Do první skupiny patří volně prodejné dextrometorfan a butamirát. Dextrometorfan strukturně připomíná kodein, nemá však analgetické, ani výrazně sedativní účinky a nezpůsobuje závislost. Ve vyšších dávkách tlumí dechové centrum, proto by se mělo dbát zvýšené opatrnosti u astmatiků. Při současném podání s léčivý

zvyšujícími hladiny serotoninu (IMAO, SSRI, tramadol) hrozí riziko rozvoje serotoninového syndromu. Butamirát rovněž působí centrálně antitusicky, jeho struktura je však odlišná, a proto netlumí dechové centrum. Zároveň vykazuje nespecifický anticholinergní a bronchodilatační efekt. Nejsou známy žádné závažné nežádoucí účinky a ve formě sirupu je možné podání již od 2 měsíců věku. Jediným obchodovaným periferně působícím antitusikem je v současné době levodropropizin. Jeho míra účinku je srovnatelná s centrálně působícími léčivými, avšak vykazuje lepší snášenlivost. Současně vykazuje i antihistaminový a bronchodilatační efekt (7, 8, 10).

Nosní dekongestiva

Dekongestiva (Tab. 6) snižují přímou stimulací α_1 receptorů překrvení a doprovodný otok nosní sliznice, čímž přináší výraznou úlevu od ucpaného nosu, a proto jsou s oblibou využívána k symptomatické léčbě rýmy. Existují ve formě lokálně aplikovaných nosních kapek a sprejů, kde jsou obsaženy účinné látky: oxymetazolin, xylometazolin, tramazolin, nafazolin a fenylefrin, nebo jsou užívána jako

Tab. 6. Přehled OTC léčivých přípravků obsahujících nosní dekongestiva

	Účinná látka	Věk/indikace	Upozornění	Produkty
jednosložkové	Xylometazolin	Od 1 roku (dle síly). Symptomatická nazální dekongescce. Odtok sekretu z paranazálních dutin	Užívat max 5–7 dní KI: atrofická rýma, glaukom s uzavřeným úhlem Opatrnost u KVS, DM, hypertyreóza, těhotné	Nasenspray AL, Otrivin, Olynth Rhinostat, Xylomax (všechny nas spr)
	Oxymetazolin	Od narození (dle síly – Nasivin 0,1 mg/ml) Indikace viz xylometazolin	Viz xylometazolin	Afrin (nas spr), Nasivin (nas spr, nas gtt)
	Nafazolin	Od 3 let (dle síly) Indikace viz xylometazolin	Užívat max. 3 dny KI a omezení viz xylometazolin	Sanorin (nas spr, nas gtt)
	Tramazolin	Děti od 6 let Indikace viz xylometazolin	Viz xylometazolin	Muconasal Plus (nas spr)
	Účinná látka	Věk	Přídavný efekt	Produkty
kombinované	Xylometazolin			
	+ kyselina hyaluronová	Od 2 let (dle síly)	Zvlhčení nosní sliznice	Olynth HA
	+ dextpanthenol	Od 2 let (dle síly)	Hojení slizničních lézí	Olynth Plus, Nasic, Septanazal
	+ menthol	Od 12 let	Odtok sekretu při sinusitidě	Otrivin Menthol
	+ ipratropium	Od 18 let	Zastavení tekoucí rýmy	Otrivin Rhinostop
	+ mořská voda	Od 2 let (dle síly)	Urychlení sekrece, podpora uvolnění nosu a dutin	MarRhino, Xylomax Neo
	Oxymetazolin			
	+ methol, eukalyptus, aloe	Od 6 let	Podpora uvolnění vedlejších dutin	Sinex Vicks aloe a eukalyptus
	Nafazolin			
	+ eukalyptus	Od 15 let	Podpora uvolnění vedlejších dutin	Sanorin Emulze
	Fenylefrin			
	+ dimetinden	Od 1 roku (kapky)	Symptomatická léčba senné rýmy	Vibrocil (nas spr, nas gtt)

součást kombinovaných léčivých přípravků proti chřipce a nachlazení a působí systémově: fenylefrin, pseudoefedrin, chlorfenamin. Zejména u lokálně aplikovaných látek hrozí při užívání delším než 7 dní rozvoj návyku (rhinitis medicamentosa, rebound congestion), projevující se intenzivním zduřováním sliznice způsobujícím permanentní kongesci. Z tohoto důvodu by měl být každý pacient důrazně poučen o způsobu a délce podávání těchto látek. Odvykání je velmi komplikované a dlouhodobé užívání vede k trvalému poškození nosní sliznice. Zejména u systémových přípravků je třeba dbát zvýšené opatrnosti u rizikových pacientů léčených pro arteriální hypertenzi, ischemickou chorobu srdeční či hypertyreózu. Zcela kontraindikovány jsou tyto přípravky u pacientů s glaukomem s uzavřeným úhlem (2, 7, 8, 12).

Lokální antiseptika a analgetika

Do této skupiny řadíme veškeré léčivé přípravky, které lze použít pro symptomatickou léčbu bolesti v krku. Patří sem velké množství účinných látek, které mohou působit antisept-

icky a dezinfekčně nebo přinášejí úlevu od bolesti prostřednictvím svého analgetického účinku či lokálního znecitlivění. Přípravky jsou dostupné především ve formě pastilek, ústních sprejů nebo kloktadel a často v nich je kombinováno více účinných látek (Tab. 7). Mezi současně dostupné antiseptické látky patří: amylmetakresol, benzoxonium chlorid, chlorhexidin, cetylpyridin, jodovaný povidon aj., NSAID analgetika: benzydamin, flurbiprofen, lokální anestetika: lidokain, tetrakain.

Z rostlinných přípravků je vhodné zmínit přípravky obsahující šalvěj, islandský lišejník nebo včelí produkty (propolis) dostupné ve formě pastilek, sprejů, čajů nebo kloktadel. Pacienty je důležité upozornit na dodržování doporučeného častého dávkování několikrát za den a po užití alespoň 15 minut nic nejíst ani nepít.

Mezi kontraindikace patří především případné alergie na účinné látky (př. jód, lokální anestetika, včelí produkty) a zvýšené opatrnosti je nutné dbát u pacientů s poruchami srdečního rytmu, kterým by raději neměly být nabízeny přípravky s obsahem lokálních anestetik (2, 7, 13).

Kombinované léčivé přípravky

Kombinovanými léčivými přípravky rozumíme přípravky, v nichž jsou obsaženy 2 a více účinných látek. Pro účely samoléčení je na trhu k dispozici celá řada kombinovaných přípravků pro systémové i lokální podání (Tab. 3, 6 a 7).

U systémově podávaných přípravků je v drtivé většině případů společnou účinnou látkou paracetamol (popř. ibuprofen). Dle povahy látek přidávaných do kombinace pak můžeme vymezit skupinu přípravků primárně určených pro léčbu bolesti, a přípravků určených pro léčbu chřipky a nachlazení. Do první skupiny zapadají kombinace paracetamolu především s kofeinem, kyselinou acetylsalicylovou, guaifenesinem a v jednom případě též s ibuprofenem. Přípravky jsou určeny k léčbě bolesti různého typu (hlavy, zubů, menstruační bolesti aj.). Ve vztahu k chřipce, lze tyto přípravky využít především k léčbě bolestí svalů a kloubů a ke snížení horečky tam, kde selhávají jednosložkové přípravky. Do druhé skupiny můžeme zařadit kombinace paracetamolu se symptomatický-

Tab. 7. Přehled OTC léčivých přípravků pro léčbu bolesti v krku

	Účinná látka	Indikace/typ účinku	Upozornění	Produkty (LF)
jednosložkové	Benzydamin	Od 4 kg (Larymed) NSAID – analgetický a protizánětlivý Antiseptický a lokálně znecitlivující účinek	Opatrně u astma bronchiale	Galverde, Larymed (orm spr sol, pas), Tantum Verde (ggr, pas, orm spr sol)
	Flurbiprofen	Od 18 let NSAID – analgetický a protizánětlivý	Viz ibuprofen	Streptfen (orm spr sol, pas)
	Benzalkonium chlorid	Od 4 let. Antiseptikum baktericidní, fungicidní	Odstup od mléčných výrobků, jelikož snižují účinnost	Septolete D (pas)
	Cetylpyridin	Od 6 let. (Neoseptolete 1,2 mg od 4 let). Antiseptikum baktericidní, lipofilní viry a <i>C. albicans</i>	Zbarvení zubů (po ukončení léčby vymizí). Odstup od mléka. Ne u otevřených ran v ústech	Halset, Neoseptolete (vše pas)
	Chlorhexidin	Od 5 let. Antiseptikum, baktericidní, bakteriostatický. Částečný efekt na viry a plísňe	Odstup od běžných zubních past – inkompatibilita. Zbarvení zubů – vymizí po vysazení	Septofort (pas)
	Hexetidin	Od 8 let. Baktericidní, fungicidní, částečně anestetický	KI: suchá atrofická laryngitida	Stopangin (orm spr sol)
	Lidokain	Doporučeno od 18 let. Lokální znecitlivění, úleva od bolesti	KI: do 12 let, hnisavé záněty krku. Opatrnost u pacientů s arytmií LI: antiarytmika	Trachisan (pas)
	Účinné látky	Indikace	Přídavný efekt	Produkty
kombinované	Benzydamin + cetylpyridin	Od 6 let	Silnější efekt – kombinace protizánětlivé a antiseptické látky	Septabene (orm spr sol, pas)
	Jodovaný povidon + Allantoin	Od 8 let. Baktericidní, částečně antivirový a antifungální účinek. Protizánětlivý efekt (allantoin)	Zesílený antiseptický efekt KI: alergie na jód, hyperfunkce štítné žlázy, těhotenství, kojení. Vážná stadia srdečního selhávání	Jox (orm spr sol, cnc ggr)
	Amylmetakresol + dichlorbenzylalkohol	Od 6 let Baktericidní, antifungální a antivirový účinek	Silnější efekt – kombinace dvou antiseptických látek	Neoangin, Orasept, Strepsils (vše pas)

kombinované	+ Lidokain	Od 12 let	Výraznější úleva od bolesti díky lokálnímu znecitlivění	Strepsils Plus (orm spr sol, pas)
	Chlorhexidin + tetrakain	Od 6 let	Výraznější úleva od bolesti díky lokálnímu znecitlivění	Drill (pas)
	Benzoxonium chlorid + lidokain	Od 4 let (spray)	Výraznější úleva od bolesti díky lokálnímu znecitlivění	Orofar (orm spr sol, pas)

Tab. 8. Přehled zdravotnických prostředků určených pro nosní hygienu a léčbu rýmy

Přípravek	Složení	Věk	Použití
Marimer (Hypertonický, Isotonický, Baby)	Roztok mořské vody	Od narození (Baby) Ostatní od 3 let	Denní hygiena (izotonické) Ucpaný nos (hypertonické)
Stérimar (Nosní hygiena, Na ucpaný nos, Nos náchylný k infekci, Baby)	Roztok mořské vody + měď (Na ucpaný nos, Nos náchylný k infekci)	Od narození (s přívlastkem Baby) Ostatní od 3 let	Denní hygiena (izotonické) Ucpaný nos (hypertonické s mědí) Prevence (izotonický s mědí)
Quixx (Daily, Acut, Extra, Baby, Soft)	Roztok mořské vody + eukalypt (extra) + aloe vera (soft)	Od narození (s přívlastkem Baby) Od 6 let (Extra) Ostatní od 6 měsíců	Denní hygiena (izotonické) Ucpaný nos (hypertonické)
Physiomer (Hypertonický, Baby, Kids, Gentle Jet, Eukalyptus)	Roztok mořské vody + eukalyptus	Od narození (Baby) Od 3 let (Kids) Od 6 let (Eukalyptus, Hypertonický)	Denní hygiena (Kids, Baby, Gentle Jet) Uvolnění nosu (Hypertonický) Uvolnění dutin (Eukalyptus)
Phyteneo NeoRhin (Baby)	Hypertonický roztok (mořská voda) + dexpanthenol, eukalyptus, badyán + Mg, Mn (Baby)	Od narození (Baby) Od 8 let	Ucpaný nos, regenerace sliznice
RymaStop (Sensitive)	10 bylinných extraktů: světlík lékařský, měsíček lékařský, violka vonná, bez černý, sléz maurský, jitrocel kopinatý, přeslička rolní, řebříček obecný, lípa srdčitá, blahovičnick kulatoplodý	Od 3 let	Uvolnění nosu, protizánětlivý, regenerační na nosní sliznici
Sinulan Express Forte, Junior	Esenciální oleje z rostlin máta peprná, blahovičnick kulatoplodý, tymián borneol, rozmarýn lékařský	3–6 let (Junior) Od 7 let (Forte)	Uvolnění nosu, dutin, ochrana sliznice
Vincentka (Standard, Junior, Nasalis + konvička)	Minerální voda Vincentka	Do 3 let (Junior) Od 3 let (Standard, Nasalis + konvička)	Denní hygiena, zvlhčení nosu. Průplach dutin a nosu (konvička)

Tab. 9. Přehled OTC léčivých přípravků rostlinného původu

	Produkt	Účinné složky	Pacienti/upozornění	Indikace
Čaje (jednosložkové)	Čaj z květu černého bezu	Květ	Dospělí a děti od 12 let	Nachlazení, zvýšená teplota
	Fenyklový čaj	Plod	Dospělí a děti od 4 let	Expektorans, zažívací obtíže
	Heřmánkový čaj	Květ	Dospělí a děti od 6 měsíců Lze užít i pro kloktání a inhalaci	Úleva od příznaků běžného nachlazení. Záněty dutiny ústní
	Jitrocelový čaj	List	Dospělí a děti od 3 let	Zmírňuje dráždění ke kašli, usnadňuje vykašlávání
	Lipový čaj	Květ	Dospělí a děti od 1 roku	Katary horních cest dýchacích, suchý dráždivý kašel
	Čaj ze šalvěje	Nať	Dospělí. Ne těhotné a kojící	Desinfekce dutiny ústní
Čaje (směsi)	Čajová směs při nachlazení	Lékořicový kořen Květ bezu černého Lipový květ Jitrocelový list Plod fenyklu obecného sladkého	Dospělí a děti od 3 let KI: KVS onemocnění, renální selhávání, cholestáza jater, těhotenství a kojení	Nachlazení, teplota, záněty horních cest dýchacích
	Průdušková čajová směs	Jitrocelový list, Proskurníkový kořen Šípek zbavený nažek Lékořicový kořen Mateřídoušková nať Lipový květ	Dospělí a děti od 4 let Pozor u KVS onemocnění KI: těhotné a kojící	Akutní onemocnění horních cest dýchacích doprovázené kašlem
	Pulmoran	List šalvěje lékařské Proskurníkový kořen Nať rdesna ptačího Tymiánová nať Kopřivová nať Fenyklový plod Květ bezu černého Jitrocelový list Lékořicový kořen	Dospělí a děti od 12 let. Lze užít vnitřně, kloktat nebo inhalovat KI: těhotné a kojící	Akutní a chronické onemocnění horních cest dýchacích Antiseptikum Expektorans
Léčba kašle	Hedelix (sir, por gtt)	Extrakt z listu břečťanu	Sirup lze podávat od narození, ovšem věk do 6 m není vhodný pro samoléčení Opatrnost při ulceracích GIT	Expektorans při produktivním kašli z nachlazení
	Hedemax (sir)	Extrakt z listu břečťanu	Od 2 let Opatrnost při ulceracích GIT	Expektorans při produktivním kašli z nachlazení
	Herbion (pas)	Extrakt z listu břečťanu	Od 6 let Opatrnost při ulceracích GIT	Expektorans při produktivním kašli z nachlazení
	Bronchipret tymián a břečťan (sir)	Extrakt z listu břečťanu a tymiánu	Dospělí a děti od 1 roku Opatrnost u aktivní vředové choroby	Léčba akutní nekomplikované bronchitidy se zvýšenou produkcí hlenu a léčba kašle jako symptomu nachlazení
	Bronchipret tymián a prvosenka (tbl flm)	Extrakt z tymiánu a prvosenky	Dospělí a děti od 12 let Opatrnost u aktivní vředové choroby	Akutní a chronická bronchitida se zvýšeným zahleněním a kašlem
	Mucoplant proti kašli s jitrocelem a medem (sir)	Jitrocelový list Čištěný med	Dospělí a děti od 3 let	Nachlazení provázené kašlem a zahleněním dýchacích cest
	Mucoplant proti kašli s břečťanem (sir)	Extrakt z listu břečťanu list	Dospělí a děti od 2 let Opatrnost u vředové choroby	Expektorans při produktivním kašli z nachlazení
	Prospan (sir)	Extrakt z listu břečťanu	Sirup lze podávat od narození, ovšem věk do 6 m není vhodný pro samoléčení Opatrnost při ulceracích GIT	Expektorans při produktivním kašli z nachlazení
	Stodal (sir)	Drosera tinktura Pulsatilla 6 CH Rumex crispus 6 CH Bryonia 3 CH Ipecacuanha 3 CH Euspongia officinalis 3 CH Sticta pulmonaria 3 CH Kalii stibii tartras 6 CH Myocardium 6 CH Dactylopius coccus 3 CH Balsami tolutani sirupus Polygalae sirupus	Dospělí a děti od 2 let KI: žaludeční vředy	Tradiční rostlinný léčivý přípravek používaný na všechny typy kašle

Tab. 9. Pokračování ze strany 252

Léčba kašle	Thymomel (sir)	Tymiánový extrakt Mateřídouškový extrakt Jitrocelový extrakt Čištěný med	Pro dospělé a děti od 4 let. Na doporučení lékaře od 1 roku	Uspadnutí vykašlávání při nachlazení
Podpůrná léčba, uvolnění dutin	Biotussil (sir)	Kořen hořce žlutého Květ prvosenky Jitrocelový list Tymiánová nať Lékořicový kořen Květ bezu černého Fenyklový extrakt Anýzový extrakt	Dospělí a děti od 4 let KI: závažné KVS onemocnění, poruchy jater a ledvin, aktivní vřed, astma bronchiale. Ne těhotné a kojící	Pomocný lék při akutních a chronických onemocněních dýchacích cest včetně rýmy a zánětů vedlejších nosních dutin
	Sinupret (por gtt sol, sir, tbl flm)	Hořcový kořen Prvosenkový květ Šťovíková nať Květ bezu černého Sporýšová nať	Dospělý a děti od 2 let (sirup) Při bolestech žaludku užít po jídle	Léčba akutních a chronických zánětů paranasálních dutin a respiračního traktu
	Soledum (cps etm)	Cineol	KI: dávivý kašel Opatrnost astma bronchiale	Akutní bronchitida u běžného nachlazení, sinusitida
Ostatní	Kaloba (por gtt sol, tbl flm, sir)	Extrakt z pelargonie sidónské	Dospělí a děti od 1 roku (sirup) KI: těžké poruchy jater	Symptomatická léčba akutní bronchitidy nevyžadující antibiotickou léčbu
Lokální přípravky	Mucoplant eukalyptový balzám	Eukalyptová silice Borovicová silice Kafr	Dospělí a děti od 6 let. Ke vtírání na kůži nebo inhalaci KI: astma bronchiale, varicella, poškozená kůže	Podpůrná léčba při onemocnění dýchacích cest
	Florsamin (cnc ggr)	Tinktura z listu šalvěje lékařské	Dospělí. KI: těhotné a kojící	Desinfekce dutiny ústní, podpůrná léčba angíny

mi léky různého typu, nejčastěji systematická dekongestiva (fenylefrin, pseudoefedrin), antitusika (dextromethorfan), expertorancia (guaifenesin) nebo vitamin C. Kombinované přípravky jsou u pacientů velice oblíbené, protože z podstaty věci zabírají lépe a rychleji než přípravky jednosložkové. Jejich užití však s sebou nese řadu rizik, především ve smyslu předávkování některými účinnými látkami, které jsou obsaženy v různých dávkách ve velkém počtu přípravků (např. paracetamol), a často může docházet u pacientů k neracionálním a někdy i potenciálně nebezpečným kombinacím. Pacienti rovněž často vyžadují kombinované přípravky v situacích, kdy

je trápí pouze jeden z mnoha symptomů (např. rýma) a užití ostatních obsažených účinných látek je v jejich případě zbytečné. V neposlední řadě se pacienti cítí po užití kombinovaných přípravků výrazně lépe a mají sklon nemoc takzvané přecházet namísto dodržení klidového režimu, což může vést k prodloužení léčení či rozvoji komplikací.

Do lokálně podávaných kombinovaných léčivých přípravků můžeme zahrnout především již zmiňovaná lokální antiseptika, kdy je do kombinace často dána dezinfekční účinná látka a lokální anestetikum. Kombinace se též vyskytují u nosních sprejů a kapek, kdy

dekongesční látka je doplněna např. o dexpanthenol, který působí regeneračně na nosní sliznici; ipratropium omezující nosní sekreci, kyselinu hyaluronovou či mořskou vodu podporující zvlhčení nosu (2, 7, 13, 14).

Zdravotnické prostředky určené pro nosní hygienu a léčbu rýmy

Definice zdravotnických prostředků je dlouhá a složitá a zahrnuje celé množství předmětů a pomůcek. V rámci léčby nachlazení bychom v této kategorii našli především nosní spreje s obsahem rostlinných extraktů a olejů pro úlevu od ucpaného nosu. Dále roztoky minerálních látek a mořské vody, dělené dle osmolarity na izotonické a hypertonické (Tab. 8). Izotonické roztoky jsou užívány především ke zvlhčení a denním výplachům nosu, což sníží přilnavost patogenů k nosní sliznici. Hypertonické roztoky navíc snižují otoky, čímž dochází k uvolnění nosu. Tyto přípravky jsou šetrné k nosní sliznici, nejsou návykové a lze je užívat dlouhodobě. Často jsou s oblibou užívány jako doplňková léčba rýmy. Opatrnosti by se mělo dbát u špatně kompenzovaných kardiaků z důvodu určitého rizika systémového vstřebání iontů (14, 15).

Tab. 10. Přehled OTC léčivých přípravků s obsahem vitaminů a minerálů

Přípravek	Složení	Věk	Použití
Additiva Vitamin C (tbl eff), C-Vitamin Pharmavit (tbl eff), Celaskon (tbl nob, tbl eff, cps pro)	Kyselina askorbová	Od 3 let dle LF a dávky (100 mg Celaskon)	Zvýšené nároky organismu na vitamin C včetně prevence a léčba infekčních onemocnění
Zinkorot (tbl nob)	Zinek	Od 12 let	Zvýšená potřeba zinku: vnímavost k infekcím, stavy nachlazení
Multi-sanostol (sir)	Vitamin A Vitamin D3 Vitamin B1, B2, B3, B6 Vitamin C Vitamin E Dexpanthenol Glukonan vápenatý Kalcium-laktosfát	Od 1 roku	Mnoho indikací, ve vztahu k nachlazení: prevence zvýšené vnímavosti vůči infekcím

Tab. 11. Přehled homeopatických přípravků pro léčbu chřipky a nachlazení

Produkt (LF)	Složení	Dávkování	Indikace
Coryzalia (tbl obd)	Allium cepa 3 CH Belladonna 3 CH mg Sabadilla 3 CH Gelsemium 3 CH Kalium bichromicum 3 CH Pulsatilla 3	Dospělí a děti od 6 let: 1 tbl rozpustit v ústech každou hodinu od začátku příznaků. Max 8 tbl/den	Rýma a nachlazení
Drosetux Neo (sir)	Arnica montana 4 CH Belladonna 4 CH Cina 4 CH Dactylopius coccus (Coccus cacti) 5 CH Corallium rubrum 4 CH Cuprum metallicum 5 CH Drosera 4 CH Ferrum phosphoricum 5 CH Ipecacuanha 4 CH Solidago virga aurea 3 DH	Dospělí: 15 ml 2–3× denně Děti: 2–5 let 2,5 ml 3–4× denně 5–11 let 5 ml 3–5× denně	Suchý dráždivý kašel
Engystol (tbl nob)	Vincetoxicum hirundinaria D6, D10, D30 Sulfur D4, D10	Dospělí a děti od 12 let: 1 tbl 3× denně U akutních potíží až 12× Děti: Do 2 let, 1× denně, akutní potíže až 4× 2–5 let, 1 tbl 1–2× denně, akutní potíže až 6× 6–11 let, 1 tbl 2× denně, akutně až 8×	Ke zmírnění závažnosti a délky trvání příznaků virových infekcí, obzvláště u nachlazení a chřipkových onemocnění. Podpora imunity
Euphorium compositum (nas spr sol)	Euphorbium D6 Pulsatilla pratensis D3 Luffa operculata D3 Calcii sulfidum D8	Dospělí: 1–2 vstříky 3–5× denně Děti: 2–5 let, 1 vstřík 3–4× denně 6–11 let, 1 vstřík 3–5× denně	Rýma infekčního nebo alergického původu Akutní nebo chronická sinusitida
Gripamed (sir)	Echinacea MT Eupatorium perfoliatum MT Aconitum napellus D4 Atropa bella-donna D4	Dospělí: 10 ml až 10× denně, prevence 3× denně Děti: 1–6 let, 3,5 ml až 10 denně, prevence 3× denně 7–12 let 5 ml až 10× denně, prevence 3× denně	Léčba a prevence běžného nachlazení zahrnující horečku a záněty sliznice nosu a nosohltanu
Herbapax (sir)	Drosera MT Hedera helix MT Cinchona pubescens MT Dactylopius coccus MT Cuprum sulfuricum D4 Psychotria ipecacuanha D4 Hyoscyamus niger D4	Dospělí: 15 ml 4× denně Děti: 4–7 let 5 ml 3× denně 7–14 let 10 ml 3 × denně 15–18 let 10 ml 4 × denně	Kašel jakékoliv etiologie a katarální bronchitida
Oscillocoquinum (gra mdc)	Anas barbariae, hepatis et cordis extractum 200 K	Léčba: 1 dávka 3× denně po 1–3 dny Prevence: 1 dávka 1 × týdně	Léčba a prevence chřipkových stavů zahrnující horečku, zimnici, bolest hlavy a svalů, únava
Viburcol (sup)	Chamomilla recutita D4 Atropa belladonna D4 Solanum dulcamara D4 Plantago major D4 Pulsatilla pratensis D4 Calcium carbonicum Hahnemanni D8	Při akutních obtížích 1 čípek každé 2 h, po zlepšení 1 čípek 2–3× denně Děti: 0–6 m, max. 2 čípky denně	Stavy neklidu (bolesti dásní, břicha, nespavost) Horečka

Rostlinné léčivé přípravky

Účinnost tradičních rostlinných léčivých přípravků je založena výlučně na zkušenosti z dlouhodobého užívání a v oblasti samoléčení chřipky a nachlazení jsou velmi oblíbené, zejména u dětí a těhotných žen. Ovšem i zde je nutné si uvědomit, že ne všechny rostlinné drogy jsou pro užití v těhotenství vhodné a neměli bychom těhotným ženám nabízet přípravky obsahující např. šalvěj nebo lékořici (Tab. 9).

Přípravky obsahující extrakt z břečťanu, tymiánu, jitrocele či fenýklu mají expekto-

rační a mukolytické účinky, naopak lípa tlumí dráždivý kašel. Výtažky z pelargonie a echinacey příznivě ovlivňují imunitní systém. Heřmánek a šalvěj působí protizánětlivě a antibakteriálně. Přípravky jsou většinou ve formě sirupů, kapek, tablet, pastilek nebo čajů. Obzvláště čaje lze s výhodou užít i k podpoře režimových opatření za účelem dostatečného doplňování tekutin. Čajová směs Pulmoran je určena i k inhalaci. Na trhu je dostupný také eukalyptový balzám určený k potírání hrudníku a zad za účelem mírnění příznaků nachlazení (2, 7, 13).

Vitaminy, minerály a imunostimulancia

V období zvýšeného rizika nákazy infekčním onemocněním lze v rámci prevence doplňovat vitaminy, minerály a mnohá stimulantia (echinacea, beta-glukany, probiotika) s pozitivním účinkem na imunitní systém. Tyto látky jsou velmi často zpracovávány ve formě doplňků stravy a jejich efektivita není zatím z hlediska EBM zcela prokázána (6). Přínosným by z hlediska pozitivní imunomodulace mohlo být podání vitamínu C, vitamínu D3 a zinku (16), jasné doklady pro pozitivní efekt však

i zde chybějí. Vitamin C a zinek jsou dostupné ve formě léčivých přípravků i doplňků stravy. Vitamin D3 lze samostatně koupit pouze jako doplněk stravy, je však obsažen v multivitaminovém léčivém přípravku Multi-sanostol (Tab. 10).

Homeopatie

Homeopatie patří do oblasti alternativní medicíny se snahou léčit pacienta celostním přístupem. Stran EBM nemají doklady o účinku. Homeopatikem ve vztahu k prevenci a léčbě chřipkových stavů je

Oscillococcinum, ke stejné indikaci lze užít i Gripamed. Pro léčbu rýmy jsou dostupné např. tablety Coryzalia či sprej Euphorium compositum. Drosetux Neo je určen k léčbě suchého kašle a čípky Viburcol jsou s oblibou podávány dětem při horečce a bolesti (Tab. 11) (13, 17).

Závěr

Nachlazení a chřipka patří mezi nejčastější obtíže, kvůli kterým přichází pacienti do lékárny. Úlohou lékárníka je zhodnotit celkový stav pacienta a po vyloučení varovných

symptomů a zhodnocení rizikových faktorů může lékárník navrhnout samoléčení. To je vždy individuální dle přítomných symptomů a je podpořeno pomocí vhodných režimových opatření. Důležitým aspektem je též poučení pacienta o prevenci. Správně nastavená a včasná samoléčba lehčích forem onemocnění vede k rychlejšímu uzdravení pacienta, snižuje riziko rozvoje komplikovaných průběhů onemocnění a dále snižuje zatížení ordinací lékařů, čímž se významně omezí vzájemný kontakt nakažených osob v čekárnách.

LITERATURA

1. Vlček J, Vytřísalová M a kol. Klinická farmacie II, 2014, Praha, Grada Publishing, ISBN 978-80-247-4532-9.
2. Bechná K. Samoléčba příznaků chřipky a nachlazení. Praktické lékárenství, 2019; 15(4): 234–241.
3. Bechná K. Samoléčba příznaků chřipky a nachlazení u dětí. Pediatrie pro praxi, 2020; 21(1): 27–33.
4. Státní zdravotní ústav, Chřipka, 2021, Dostupné na: www.szu.cz/tema/prevence/chripka-2 (citováno: 15. 9. 2021).
5. Trojánek M. Nový koronavirus (SARS-CoV-2) a onemocnění Covid-19. Časopis lékařů českých, 2020; 159: 55–66.
6. Peřinová M. Volně prodejné přípravky podporující imunitu. Praktické lékárenství, 2016; 12(5): 194–197.
7. Státní ústav pro kontrolu léčiv, Souhrn údajů o přípravku-jednotlivé přípravky, 2021. Dostupné na: www.sukl.cz (citováno: 14. 9. 2021).
8. UpToDate®, Drugs information-individual drugs, 2021. Dostupné na: <https://www.uptodate.com/contents/table-of-contents/drug-information> (citováno 14. 9. 2021).
9. Šimíček M. Oxfordská liga analgetik a terapie akutní bolesti z pohledu farmaceuta. Praktické lékárenství, 2014; 10(5): 166–170.
10. Švihovec J a kol. Farmakologie, 2018, Praha, Grada Publishing, ISBN 978-80-247-5558-8.
11. Bittenglová R. Erdosteine – antibakteriální mukolytikum. Medicína pro praxi, 2006; 1: 43–44.
12. Mortuaire G et al. Rebound congestion and rhinitis medicamentosa: nasal decongestants in clinical practice. Critical review of the literature by a medical panel. European annals of otorhinolaryngology, head and neck diseases, 2013; 130(3):137–144.
13. Státní ústav pro kontrolu léčiv, Databáze léků, 2021, Dostupné na: <https://www.sukl.cz/modules/medication/search.php> (citováno 16. 9. 2021)
14. Registr zdravotnických prostředků, Zdravotnické prostředky, 2021. Dostupné na: <https://eregpublicsecure.ksrzis.cz/Registr/RZPRO/ZdravotnickyProstredek>(citováno 17. 9. 2021).
15. Hloch K, Doseděl M. Alergická rýma – jak může pomoci lékárník? Praktické lékárenství, 2017; 13(1): 30–35.
16. Krejsek J. Vitaminy D, C a zinek jsou esenciální pro funkci imunitního systému a posílení obranyschopnosti. Pediatrie pro praxi, 2020; 21(4): 270–274
17. Homeopatická lékařská asociace, Homeopatie, 2021. Dostupné na: <https://hla-homeopatie.cz/cs/4-homeopatie> (citováno: 15. 9. 2021).