

Смернице за фармацеуте

Фармацеутска здравствена заштита у терапији прехладе и грипа

Симптоми: одговор организма на инфекцију - одговор имуног система (ослобађање хистамина, кинина, интерлеукина, простагландина, што повећава дилатацију и пропустљивост крвних судова, доводи до настанка едема и секреције мукуса који онемогућава „ширење“ патогена), назална конгестија, рефлекс кашља, рефлекс кијања.

Компликације:

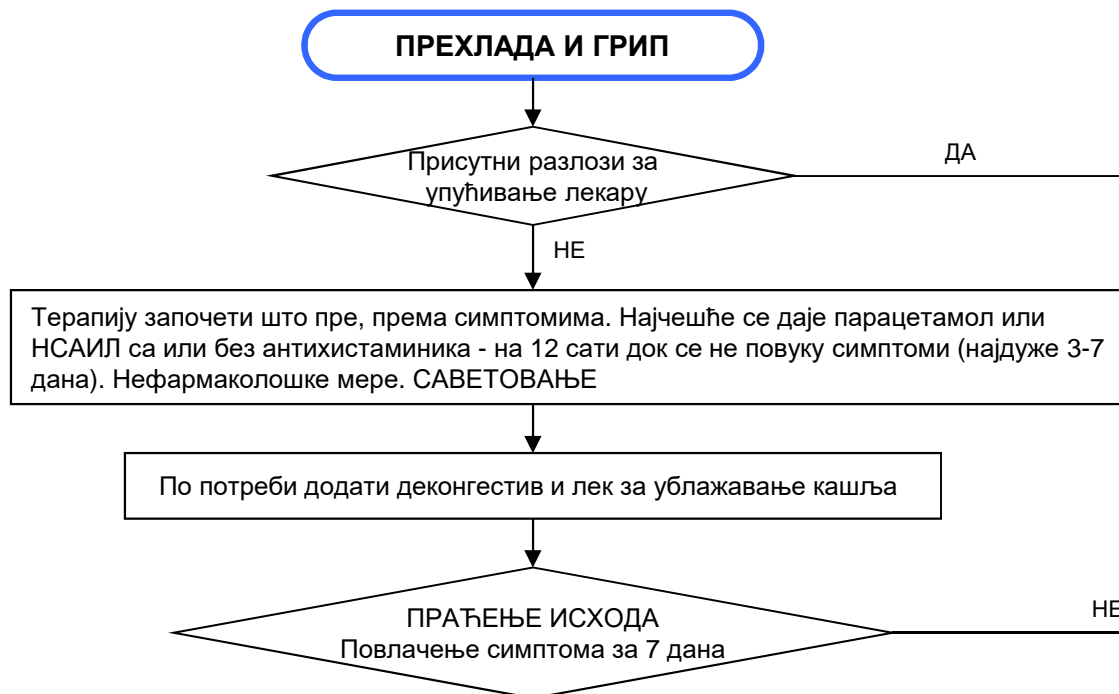
- акутни бактеријски синуситис (1-5% случајева)
- акутна бактеријска инфекција средњег уха (чешћа код деце, 20%)
- напад астме (код деце)
- егзацербације хроничног бронхитиса
- пнеумонија

Компликације праћене бактеријском инфекцијом захтевају примену антибиотика.

Симптоми/знаци	Прехлада	Грип
Повишена температура	ретко	уобичајено (>38°С), 1–3 дана
Главобоља	ретка, блага	честа
Присуство бола	благо	уобичајено, често јак
Замарање/слабост	понекад	често, трајање 2-3 недеље
Исцрпљеност/бол у мишићима	никада/ретко	често, на почетку
Назална конгестија	често	повремено
Кијање	често	повремено
Кашаљ	благ до умерен	сув, чест, може постати озбиљан
Бол у грлу/ промуклост	често	могуће

УПУЋИВАЊЕ ПАЦИЈЕНТА ЛЕКАРУ

- фронтална главобоља
- бол у уху
- тешкоће при гутању >3 недеље
- перзистентна температура или продуктиван кашаљ
- присуство крви у спутуму
- бол у грудима
- делиријум
- самомедикација коришћена >7 дана без успеха
- примена лекова: бензодиазепини, антидепресиви, МАОИ
- алкохол
- тегобе се понављају после завршетка терапије
- недовољна контрола симптома
- пацијенти који болују од срчане инсуфицијенције, хроничног бронхитиса, астме, дијабетеса, хипертензије, хипертрофије простате, глаукома, хипертиреозидизма
- труднице, дојиље
- особе >60 година



САВЕТОВАЊЕ

- **одмор** и престанак пушења
 - одржавати одговарајућу **влажност ваздуха** у просторијама
 - уносити веће количине **течности** (вода, чај); избегавати унос кофеина и алкохола. Код деце не претеривати са уносом течности, одржавати адекватну хидрираност
 - **исхрана** (пилећа супа, воће, поврће, нижи садржај масти, већи садржај влакана)
 - нос се може **испирати физиолошким раствором** што је посебно ефикасно у педијатријској популацији и као терапија и као профилакса
 - рутинска **примена антибиотика** се не препоручује код прехладе и грипа
 - примена **витамина Ц** (0,25 – 2 g) само на самом почетку прехладе/грипа има ефекта. Профилактичка примена (0,2 – 2 g) је показала ефекте у педијатријској популацији
 - примена **цинк сулфата** може бити ефикасна у профилакси и терапији прехладе код деце, примена **цинк ацетата/глуконата** показала ефикасност у терапији код одраслих
 - примена **пробиотика** дужи временски период (у току зиме) код деце може бити ефикасна профилактичка мера
 - код деце примена гела на бази ментола, камфора и етарских уља различитих биљних врста на леђа и груди олакшава дисање и побољшава квалитет сна
 - саветовање о **правилној примени препарата**
- ПРАЋЕЊЕ ИСХОДА** – Пратити повлачење симптома за 7 дана.

ТЕРАПИЈА

УБЛАЖАВАЊЕ НАЗАЛНИХ СИМПТОМА

(назална конгестија, ринореја, кијавица)

АНТИХИСТАМИНИЦИ „ПРВЕ ГЕНЕРАЦИЈЕ“ (фенирамин и др.)

Ублажавају цурење из носа и кијање.

Доводе до поспаности, сувоће уста, вртоглавице. Не употребљавати са: алкохолом, бензодиазепинима, антидепресивима, депресорима ЦНС, кетоконазолом и еритромицином.

Опрез! хипертрофија простате, глауком, хронични бронхитис, старији (могући падови).

ДЕКОНГЕСТИВИ- умањују отицање мукозне мембране.

Топикални (ефедрин, фенилепфрин, ксилометазолин, оксиметазолин): капи и спреј за нос (спреј омогућава бољу дистрибуцију активне супстанце), деловање након 0,5-10 минута.

Не примењивати дуже од 7 дана због поновне конгестије.

Обратити пажњу на рок употребе.

Орални (ефедрин и псеудоефедрин): стимулирају ЦНС – не узимати пред спавање.

КИ за пероралну примену: неконтролисана хипертензија, коронарне артеријске болести, терапија МАОИ у последњих 14 дана.

Опрез! (системски и топикални): дијабетес, болести срца, хипертензија, хипертиреозидизам, хипертрофија простате, глауком, истовремена терапија метилдопом и ТЦА.

УБЛАЖАВАЊЕ КАШЉА

Процена природе кашља, изгледа спутума, развоја кашља, трајања, периодичности и других симптома.

ЕКСПЕКТОРАНСИ - продуктивни кашаљ. Стимулација секреције и/или разводњавање мукуса (ацетилцистеин ефикасан код деце, карбоцистеин, бромхексин, гваифенезин, амброксол).

АНТИТУСИЦИ - сув кашаљ, нема спутума (фолкодин, леводропропизин, бутамират)

УБЛАЖАВАЊЕ ГЛАВОБОЉЕ, БОЛА У МИШИЋИМА

Парацетамол, НСАИЛ, ацетилсалицилна киселина.

Опрез! Не употребљавати са варфариним. НСАИЛ не треба примењивати код пацијената са историјом чира, на терапији дигоксином. Ацетилсалицилну киселину не треба примењивати код деце <16 година.

Максимална дневна доза парацетамола је 4 g.

УБЛАЖАВАЊЕ БОЛА У ГРЛУ

АНЕСТЕТИК за ублажавање бола.

Искључити могућност да је бол у грлу услед примене инхалационих кортикостероида, цитотоксичних агенаса, неуролептика (пр. клозапин), пеницилинамина, сулфасалазина или агранулоцитозе.

Препарате треба примењивати на свака 3-4 сата, не дуже од 2 дана.

БИЉНИ ЛЕКОВИ ЗА УБЛАЖАВАЊЕ СИМПТОМА

- суви екстракт листа бршљана (*Hederae heliсis folium, Hedera Helix, Araliaceae*) – делује на продуктивни кашаљ
- сок хербе пурпурне ехинацеје (*Echinaceae purpureae herba, Echinacea purpurea, Asteraceae*) – смањује трајање прехладе и дужину симптома. Ефикасност није показана у педијатријској популацији и не препоручује се примена <12 година.

ТРАДИЦИОНАЛНИ БИЉНИ ЛЕКОВИ ЗА УБЛАЖАВАЊЕ СИМПТОМА

- течни екстракт корена јужноафричке мушкатле (*Pelargonii radix, Pelargonium sidoides, Geraniaceae*) – олакшава различите симптоме прехладе. Може се примењивати >6 година.
- течни екстракт корена различитих врста јагорчевине (*Primulae radix, Primula veris, Primula elatior, Primulaceae*) – делује на продуктивни кашаљ
- течни екстракт хербе тимјана (*Thymi herba, Thymus vulgaris, Lamiaceae*) – делује на продуктивни кашаљ
- меки екстракт талуса исландског лишља (*Lichen islandicus, Cetraria islandica*) – ублажава иритацију усне дупље и ждрела и сув кашаљ
- течни екстракт листа мушке боквице (*Plantaginis lanceolatae folium, Plantago lanceolata, Plantaginaceae*) – делује на сув кашаљ
- сируп корена белог слеза (*Altheae radix, Althaea officinalis, Malvaceae*) - делује на сув кашаљ

Напомена: Додатне информације о препаратима погледати у сажетку карактеристика лека.

1. Agencija za lekove i medicinska sredstva (ALIMS). <http://www.alims.gov.rs>
 2. American Pharmacists Association. OTC Advisor: Self-care for fever, cough, cold, and allergy. Monograph 5. 2010.
 3. Cold versus flu. <http://www.cdc.gov>
 4. Common cold. NHS choices. <http://www.nhs.uk/Pages/HomePage.aspx>
 5. European Medicines Agency (EMA). <http://www.ema.europa.eu>
 6. Fashner J, Ericson K, Werner S. Treatment of the Common Cold in Children and Adults. American Family Physician. 2012;86(2):153–159.