

TRÁPÍ VÁS RÝMA DÉLE NEŽ 1 TÝDEN? A NENÍ TO TŘEBA ALERGIE?



čichu a podobně. Rýma bývá také často spojena i s příznaky s nosem zdánlivě nesouvisejícími jako pálení a zarudnutí očí či bolest hlavy, teplota, celková únava. Právě podle těchto příznaků, které rýmu doprovázejí, lze usuzovat na její příčinu. Podle příčiny rozlišujeme především rýmu infekční, tedy běžné nachlazení, a rýmu alergickou.

Infekční rýma

Infekční rýma je v drtivé většině případů způsobena kapénkovou virovou infekcí. Typická inkubační doba infekční rýmy je 1 až 3 dny a její rozvoj je vystupňovaný oslabenou imunitou organismu, např.

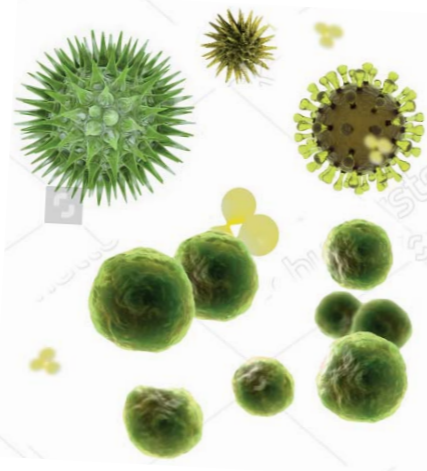
z důvodu prochlazení či dlouhodobého vystavení se nadměrnému stresu. Nedojde-li ke komplikacím, odezní infekční rýma běžně do několika dnů až týdne. Infekční rýma bývá typicky spojena s celkovými příznaky nachlazení jako je celková únava organismu, případně zvýšená teplota, či bolesti kloubů a svalů, bolesti hlavy, a celkovou nevůlí. Obvykle pomáhá pár dnů klidu, vylézet a vypotit se, osvědčené „babské recepty“ a volně prodejné léky na rýmu a nachlazení.

V jarním a letním období nás sluníčko a teplé počasí přirozeně táhne ven, chceme jezdit na výlety, být aktivní v přírodě, pracovat na zahrádce. Permanentně ucpaný nos a rýma nám tedy dokáže pěkně zkazit náladu i plány.

Rýma je zánětlivé onemocnění nosní sliznice, které obecně zahrnuje různé příznaky jako ucpaný nos, smrkání, tečení z nosu, zduření nosohltanu, kýchání a svědění v nose a na patře, ztrátu

Alergická rýma

Alergická rýma je způsobena přecitlivělostí a nepřiměřenou odpovědí našeho imunitního systému na tzv. alergeny. Jde o látky, které se běžně vyskytují v okolí člověka a jsou jinak bez problémů snášeny. Typicky se jedná o pyly, roztoče, částičky prachu, plísni a srsti zvířat. Při setkání s alergenem přecitlivělý imunitní systém vyvolá obrannou reakci jiného typu než je imunitní reakce při běžné infekci. Ta se projevuje sice také zánětem na nosní sliznici a zvýšenou sekrecí hlenu, který lze však označit za vodnatou rýmu, a často z obou nosních dírek najednou. Alergická rýma bývá typicky spojena také s dalšími dráždivými příznaky jako jsou kýchání, svědění v nose a na patře, časté bývá i současné podráždění očních spojivek, spojené s pálením a zarudnutím očí. Celkové příznaky jako u nachlazení naopak pro alergickou rýmu nejsou typické. Chybí zde samozřejmě také vazba našich potíží na osoby v okolí.



POMOC! MÁM SENNOU RÝMU!

Pojem senná rýma bývá často spojován s jarním a letním obdobím, kdy nejen tráva, ale vegetace obecně je v plném rozpuhu. Senná rýma není zcela přesné lidové označení alergické rýmy, která je důsledek nepřírodně přecitlivělé reakce našeho organismu na pyly travin a dalších rostlin. Sezonní pylová alergická rýma je nejrozšířenějším typem alergie vůbec. Jen u nás jí trpí zhruba pětina populace.



Jak se ale se sezónní alergií nejlépe vypořádát? Léčba sezónní alergické rýmy spočívá především v tlumení obtěžujících příznaků, jedná se o tzv. symptomatickou léčbu. Vzhledem k odlišnému typu imunitní reakce organismu na pyly je k tlumení příznaků alergické rýmy nevhodné používat běžné léky vhodné pro léčbu infekční rýmy. Samostatně používané osvědčené kapky do nosu mívají v případě alergické rýmy pouze omezený efekt, navíc

jejich dlouhodobé používání s sebou nese riziko trvalého poškození nosní sliznice. Pozor také na přírodní, bylinné přípravky, tzv. fytopreparáty pro nosní aplikaci. Nejznámější obsahují např. silici eukalyptu, která má obecně příznivý účinek na splasknutí zduřelé nosní sliznice. Nevýhodou použití u alergiků je zvýšené riziko možné alergické reakce právě na bylinné složky těchto preparátů. Vhodnými léčivými přípravky pro léčbu sezónní alergické rýmy jsou tzv. antihistaminika. Antihistaminika velmi dobře potlačují dráždivé projevy alergie jako pálení očí, kýchání, svědění na patře, vodnatou rýmu, a navíc potlačují zánět v oblasti nosní sliznice. Většina těchto léků je dostupná v lékárně bez lékařského předpisu, a to jak v perorální formě, jako tablety, sirup nebo roztok, tak i v lokální formě jako kapky pro nosní a oční aplikaci. Mezi nejprodávanější antihistaminika patří léčivé přípravky obsahující účinné látky cetirizin nebo levocetirizin. Léčba antihistaminiky spočívá jak ve zmírnění příznaků již probíhající alergie, ale také jako prevence potíží v rizikovém období. Většina volně dostupných antihistaminik je dobře tolerována. I u alergie ale platí, vždy sledovat stupeň alergických projevů a při jakýchkoliv pochybnostech raději navštívit lékaře.

ANALERGIN NEO 5 mg

levocetirizini dihydrochloridum 5 mg

K léčbě nosních, očních i ostatních příznaků spojených s alergickými stavy, jako jsou senná rýma, přetrvávající alergická rýma a chronická kopřivka.

Pro dospělé a děti od 6 let. Lék k vnitřnímu užití. Před použitím si pozorně přečtěte příbalový leták. Přípravek je volně prodejný v 10 a 20 tabletovém balení.



MUDr. Jiří NEVRLKA
UPIRA s.r.o. (Úspěšná péče
o imunitu, respiraci a alergie)
Poliklinika Zahradníkova, BRNO

Kdy bychom měli vyhledat alergologa?

Přestože základní léky, zejména antihistaminika, lze volně zakoupit, doporučují se k alergologovi objednat. Pouze alergolog provádí testy k určení konkrétního alergenu. Alergolog lépe posoudí stav konkrétního pacienta a určí mu „léčbu na míru“. A konečně alergolog doplní vyšetření i vůči diagnóze průduškového astmatu (pacienti s alergickou rýmou mají vysoké riziko vzniku a rozvoje této závažné choroby).

Jak probíhá vyšetření alergologické vyšetření?

Alergolog nejprve odebere anamnézu tj. zdravotní historii pacienta a okolnosti jeho potíží. Poté se pokusí určit příčinné alergeny kožními testy, případně krevním odběrem. Obvykle doplní i funkční vyšetření dechu pomocí tzv. spirometru, event. dalšího přístrojů.

Jaká je nevhodnější léčba alergie?

Léčba se opírá obvykle o tabletová antihistaminika jako levocetirizin. Mohou být užívány „dle potřeby“, ale i preventivně po celou sezónu. Další preferovanou skupinou jsou nosní kortikosteroidy. Dlouhodobou léčbou je tzv. specifická alergenová imunoterapie, která má za cíl snížit až odstranit reaktivitu organismu na alergen.

