

PŘEDSTAVENÍ PROJEKTU

CO JE PROJEKT  ?

OTC Akademie je edukační projekt, který si klade za cíl podávat ucelenou a jednoduchou formou odborné informace o současných možnostech léčby a trendech v terapeutických skupinách onemocnění, se kterými přicházejí pacienti nejčastěji do lékárny pro volně prodejný lék.

JAK PROJEKT  FUNGUJE?

OTC Akademie je distribuována prostřednictvím obchodních zástupců partnera projektu a součástí každé edukační části jsou kvízové otázky pro procvičení v dané oblasti.

PROČ  PODPORUJE TENTO PROJEKT?

Společnost Teva je stabilně posilující druhou největší generickou společností s jedním z nejširších portfolií vůbec. Mezi naše hlavní priority patří, kromě onkologie a kardiologie, právě i segment volně prodejných léků. Naším posláním je nabízet pacientům moderní a účinnou léčbu na nejčastější onemocnění, se kterými do lékáren přicházejí.

URČENO POUZE PRO LÉKÁRNÍKY

DIAGNOSTIKA A LÉČBA
ALERGICKÉ RÝMY

MUDr. Jiří NEVRLKA

Poliklinika Zahradníková, BRNO

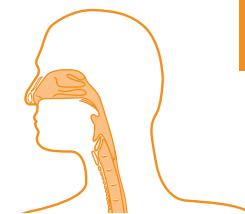
ambulance pro alergologii a klinickou imunologii

PŘÍZNAKY RÝMY A JEJÍ DIAGNÓZA

Rýma (rhinitis) obecně je zánětlivé onemocnění nosní sliznice, které vede ke snížení kvality dýchání nosem. Toto zahrnuje různě vyjádřený soubor příznaků jako pocit zduření nosu až ucpaný nos, smrkání až výtoky z nosu (nosní sekrece), zatékání sekretu do nosohltanu (zadní rýma neboli postnazální drip), kýchání a svědění v nose, event. ztrátu čichu a další. Vzhledem k současnému postižení sliznice tzv. paranazálních (vedlejších, obličejových) nosních dutin se můžeme setkat také s pojmem rhinosinusitida.

Rýma bývá také často spojena s příznaky postižení i jiných orgánů než nos (například oči, krk, dolní dýchací cesty) nebo příznaky celkovými (například bolest hlavy, teplota, únava). Podle spektra těchto doprovodných příznaků lze leckdy usuzovat na příčinu rýmy.

K stanovení diagnózy „rýma“ obvykle stačí zohlednit výskyt výše popsaných projevů. Posouzením historie a okolností potíží pacienta (provedením anamnézy) pak většinou dokážeme určit příčinu rýmy a její závažnost. V některých případech je však nutné či potřebné odborné vyšetření lékařem za použití laboratorních nebo přístrojových metod.



PŘÍČINY VZNIKU (DIFERENCIÁLNÍ DIAGNOSTIKA) RÝMY

Podle příčiny odlišujeme především rýmu alergickou a rýmu infekční (nachlazení).

Infekční rýma je způsobena v drtivé většině případů kapénkovou virovou infekcí (nejčastěji různé kmeny rinovirů). Typická inkubační doba je 1 až 3 dny a její rozvoj je potencován prochlazením organismu. Nedojde-li ke komplikacím a neprobíhá-li na disponovaném terénu např. alergické sliznice nebo imunitní poruchy, její projevy odeznívají do několika dnů až týdne. Nejčastější komplikací je tzv. bakteriální superinfekce na sliznici poškozené virem, která bývá spojena se zahuštěním a zabarvením nosního sekretu a často jen pomalu odeznívajícím zahlazením.

Infekční rýma bývá typicky spojena s celkovými příznaky nachlazení jako zvýšenou teplotou až horečkou, bolestí kloubů a svalů, bolestí hlavy, únavou a celkovou nevolí. Pacient cítí obvykle potřebu nemoc „vyležet a vypočit se“.

Alergická rýma je způsobena nepřiměřenou odpovědí (přecitlivělostí) imunitního systému v rozsahu nosní sliznice na tzv. alergeny. Jde o látky typicky bílkovinné povahy, které se běžně vyskytují v okolí člověka a jsou jinak bez problémů snášeny (například částičky pylů, roztočů, plísni a zvířat). Při setkání s alergenem imunitní systém prostřednictvím protilátek třídy IgE (tedy jiného typu než se podílí na imunitní reakci při běžné infekci) vyvolá četné změny v organismu a zejména v nosní sliznici. Jde především o uvolnění biologicky velmi aktivních látek tzv. biogenních aminů (například histaminu), které pak vyvolají zánět na nosní sliznici s příznaky rýmy.

Alergická rýma bývá typicky spojena s dráždivými příznaky jako kýčání a svědění v nose a s řídkou sekrecí. Časté je současné dráždění očních spojivek, event. i patra v ústní dutině. Celkové příznaky jako u nachlazení naopak typické nejsou. Někdy se lze doptat i na příčinu podráždění. Chybí samozřejmě vazba potíží na osoby v okolí.

Velmi podobná alergické rýmě svými projevy, chronicitou i citlivostí vůči okolnímu prostředí, je tzv. **rýma hyperreaktivní nealergická**. Nejde o rýmu příčinou ani infekční, ani alergickou. Postižený je v těchto případech citlivý na iritace nebílkovinné povahy, například na fyzikální faktory (jako přechod z tepla do chladu nebo zvířený prach bez ohledu na jeho typ) nebo na chemické podněty (jako smog nebo chemické těkavé látky).

V reálném životě je třeba počítat s tím, že na potížích pacienta se může v danou chvíli podílet více příčin. Tedy může probíhat jakoby „**rýma kombinovaná**“. To vnáší do diagnostiky i léčby rýmy určité potíže. Důležité si je také uvědomit, že výskyt různých mechanismů (příčin) rýmy se vzájemně potencuje. Je například prokázáno, že u pacientů s nedostatečně léčenou alergickou rýmou se několikrát častěji vyskytují nachlazení, a pokud k infekci dojde, dochází k ústupu potíží podstatně později než do obvyklých „7 dnů“. Typický je také úzký vztah mezi alergickou rýmou a nealergickou hyperreaktivitou nosní sliznice. V některých případech zaléčení alergie vede k ústupu tohoto kvalitativně odlišného problému.

JAK POSTUPOVAT PŘI RÝMĚ?

Vyhledat lékaře (v první řadě praktického lékaře) by měl pacient ve dvou případech:

- **akutně při rýmě komplikované** (například více dnů trvající horečka nad 38 °C, zchvácenost, výrazná bolest hlavy nebo bolesti ucha nereagující na samoléčbu, ztížené dýchání, neustávající dráždivý kašel, neustávající křik nebo naopak ticho u kojence, zvracení nebo bolesti břicha, nadměrná spavost a další).



- **neakutně při rýmě chronické** (trvající déle než 6 týdnů nebo opakovaně se navracující). Chronická rýma vytváří terén pro vznik a komplikovanější průběh respiračních infekcí, ale také pro vznik a rozvoj některých dalších onemocnění, například průduškového astmatu.

V ostatních případech je možné se spolehnout na vlastní zkušenosti nebo ještě lépe na kvalifikovanou radu lékárníka. Obecně lze doporučit:

- aplikovat v co největší míře vhodná režimová a preventivní opatření. Například při alergické rýmě prevenci kontaktu s alergenem.
- použít vhodné medikamenty.

Rýma infekční vs. Alergická

	INFEKCE	ALERGIE
Celkové příznaky (zvýšení tělesné teploty, bolesti svalů, kloubů)	ANO	NE
Únava	ANO +++	ANO +
Typ výtoku z nosu	hnisavý	čirý
Porucha čichu	ANO	NE
Bolesti hlavy či „dutin“	ANO	NE
Postnazální zatékání	obvykle ANO	obvykle NE
Délka trvání	cca 1 týden	po dobu expozice alergenu (recidivuje)

MEDIKAMENTÓZNÍ MOŽNOSTI LÉČBY ALERGICKÉ RÝMY

Prvním typem medikamentů jsou léky. Tyto přípravky zasahují cíleně a účinně do zánětlivého procesu na úrovni nosní sliznice. Jsou tak často výhodnějším typem intervence, zejména u stavů intenzitou výraznějších nebo chronických.

- **nosní kortikoidy**: Jde o látky na hormonální bázi, které mají komplexní protizánětlivý efekt. Fungují bez ohledu na typ a příčinu zánětlivého procesu a obvykle velmi efektivně pomáhají od všech příznaků rýmy včetně ucpávání nosu. Naprostá většina je dostupná pouze na lékařský předpis.

- **antihistaminika**: Dostupné jsou jako léky ve formě perorální (tablety a tekuté formy) i lokální (pro nosní a oční aplikaci). Lze je použít nejen v léčbě, ale i v prevenci potíží v rizikovém období. Potlačují velmi dobře dráždivé projevy alergie jako svědění, kýčání a výtoky z nosu, často ovlivní i nosní průchodnost. U starších léků může být limitující případný nežádoucí účinek ve smyslu únavy či sedace. Většina volně dostupných antihistaminik je však dobře tolerována.

Postupem doby se objevily i další molekuly, resp. inovované formy loratadinu (jeho aktivní metabolit desloratadin) a cetirizinu (z této racemické směsi izolovaný aktivní levotočivý enantiomer levocetirizin), u kterých jsou kromě účinné blokády H1-histaminových receptorů důkazy o širším antialergickém, resp. obecně protizánětlivém, resp. imunomodulačním působení. Jde o na H1-receptorech nezávislé zásahy do časně i pozdní fáze zánětu. Vzhledem k těmto důkazům někteří autoři začali používat pro označení těchto látek pojem „antihistaminika III. generace“, častěji se setkáváme s pojmem „antihistaminika s imunomodulačním efektem“. Většina těchto léků je dostupná bez lékařského předpisu.

Tato léková skupina je v praxi lékaři využívána i mimo diagnózu alergické rýmy, a to v těchto situacích: nejasná diagnóza (několikadenní aplikace antihistaminika je velmi dobrým terapeuticko-diagnostickým testem), podezření na „kombinovanou rýmu“ (nealergická rýma probíhající na alergickém terénu) nebo pokus využít dokladovaných protizánětlivých a imunomodulačních efektů nejnovější generace antihistaminik při rýmě primárně nealergické a dalších potížích. Výhodná se jeví zvláště dlouhodobá preventivní léčba zohledňující zvýšené riziko infekčních komplikací u pacienta alergika (s alergickou rýmou, event. průduškovým astmatem).

K symptomatické léčbě alergické rýmy lze použít i přípravky vhodné pro léčbu rýmy obecně, nevýhodou někdy bývá jen omezený efekt.

- **solné roztoky** pro nosní aplikaci. Přínos je v pročištění nosních dutin, zvlhčení a obecně příznivém vlivu na nosní sliznici. Některé typy (tzv. hypertonické) mohou zejména při dlouhodobé aplikaci také uvolňovat zduření nosu.
- **(klasická) dekongestiva**. Snižují překrvení a otok sliznice (tzv. dekongesci) a tím uvolňují ucpaný nos. Nevýhodou je, že neovlivňují výrazněji případné dráždivé a sekreční příznaky. Nejsou také vhodné k léčení chronické rýmy, protože při déledobé aplikaci hrozí poškození nosní sliznice, event. vznik tzv. medikamentózní rýmy.
- **fytopreparáty** pro nosní aplikaci. Využívají příznivých efektů rostlinných silic na nosní sliznici. Některé typy mají i dekongestivní efekt (například silice eukalyptu). Nevýhodou je zvýšené riziko alergické reakce na složky preparátu.



SHRNUTÍ

1. PŘÍČINY A PŘÍZNAKY RÝMY OBECNĚ

- Rýma (rhinitis) obecně je zánětlivé onemocnění nosní sliznice, které vede ke snížení kvality dýchání nosem.
- Rýma může mít různé příčiny, rozlišujeme zejména rýmu infekční, alergickou, hyperreaktivní (způsobenou reakcí na fyzikální podněty). Rýma bývá často způsobena kombinací několika příčin.
- Rýma bývá také často spojena s příznaky postižení i jiných orgánů než nos, např. oči, krk, dolní dýchací cesty.
- Pacient by měl vyhledat lékaře, pokud je podezření na akutní komplikovanou rýmu nebo při neakutní rýmě chronické. V ostatních případech je možné se spolehnout na vlastní zkušenosti, kvalifikovanou radu lékárníka ohledně vhodné medikace a dodržovat vhodná režimová opatření.

2. PŘÍZNAKY ALERGICKÉ RÝMY

- Alergická rýma je způsobena nepřiměřenou odpovědí (přecitlivělostí) imunitního systému na alergeny.
- Dráždivé příznaky alergické rýmy jsou kýčání a svědění v nose, řídká sekrece z nosu.
- Časté je současné dráždění očních spojivek, event. i patra v ústní dutině.
- Celkové příznaky jako u nachlazení (např. bolest hlavy, teplota, únava), naopak typické nejsou. Chybí také vazba potíží na osoby v okolí

3. MEDIKAMENTÓZNÍ MOŽNOSTI LÉČBY ALERGICKÉ RÝMY

- Léky jsou často výhodnějším typem intervence, protože zasahují cíleně a účinně do zánětlivého procesu na úrovni nosní sliznice.
- Volně prodejné léky, antihistaminika, potlačují velmi dobře dráždivé projevy alergie, často ovlivňují i nosní průchodnost. Většina z nich vykazuje velmi dobrou účinnost i toleranci ze strany pacienta.

4. POUŽITÍ ANTIHISTAMINIK V LÉČBĚ ALERGICKÉ RÝMY

- Oproti jiným přípravkům pro symptomatickou léčbu alergické rýmy, lze antihistaminika použít nejen k léčbě, ale i prevenci potíží v rizikovém období, protože působí v organismu cíleně.
- Starší antihistaminika I. generace (např. bisulepin, dimetinden) mohou mít omezené použití z důvodu nežádoucích sedativních účinků.
- Antihistaminika II. generace (napr. cetirizine, loratadin) jsou co se týče únavy a sedace již velmi dobře tolerována.
- Nejmodernější generaci antihistaminik, skupinu, někdy nazývanou pro své širší antialergické, resp. protizánětlivé působení jako tzv. antihistaminika imunomodulační, zastupuje např. volně prodejný levocetirizin i desloratadin.

5. VÝHODY POUŽITÍ IMUNOMODULAČNÍCH ANTIHISTAMINIK V KLINICKÉ PRAXI

- Imunomodulační antihistaminika jsou inovované formy antihistaminik II. generace.
- Inovace zajišťuje především okamžitou biologickou dostupnost a rychlý nástup účinku, protože tyto přípravky již nevyžadují žádnou konverzi uvnitř organismu.
- Kromě účinné blokády H1-histaminových receptorů, vykazuje tato skupina antihistaminik také na H1-receptorech nezávislé zásahy do časně i pozdní fáze zánětu.
- Mluvíme proto o jejich širším antialergickém, resp. obecně protizánětlivém, resp. imunomodulačním působení.

EDUKAČNÍ KVÍZ

OTÁZKA 1:

Mezi příčiny rýmy nepatří:

- kapénková virová infekce
- dispozice alergenům, jako jsou např. pyl, prach, roztoče, zvířecí srst
- fyzikální faktory, jako např. přechod z tepla do zimy
- bolesti hlavy
- smog

OTÁZKA 2:

Mezi příznaky alergické rýmy nepatří:

- kýčání a svědění v nose
- pálení nosohltanu a hnisavý výtok z nosu
- podráždění očních spojivek
- svědění patra v ústní dutině
- řídká, vodnatá rýma

OTÁZKA 3:

Za nejvhodnější volně prodejné přípravky pro tzv. symptomatickou léčbu alergické rýmy lze považovat:

- přípravky pouze na přírodní bázi, i když mají jen velmi omezenou účinnost
- preparáty, které potlačují pouze příznaky rýmy bez ohledu na příčinu jejího vzniku
- dekonjestiva, které je možné užívat pouze po krátkou, omezeně dlouhou dobu
- antihistaminika, která zasahují do zánětlivého procesu na úrovni nosní sliznice
- pouze preparáty, které byly před doporučením pacientovi konzultovány s lékařem

OTÁZKA 4:

Mezi volně prodejná antihistaminika s imunomodulačním efektem patří:

- loratadin
- desloratadin
- levocetirizin
- dimetinden
- oxymetazolin

OTÁZKA 5:

Jaké účinky byly klinickým hodnocením prokázány u skupiny imunomodulačních antihistaminik?

- antialergický, sedativní
- antialergický, obecně protizánětlivý, imunomodulační
- posilující imunitu
- antialergický, imunomodulační
- protizánětlivý, sedativní