

Tisková zpráva

Lékárnici radí: Trápí vás kašel? Ruku před ústa ne, použijte kapesník či předloktí. Zamezíte tak šíření infekce

Ve většině případů je kašel infekční a šíření této infekce je nutné bránit. Proto při odkašlávání není vhodné dávat ruku před ústa, lepší je kašel tlumit kapesníkem nebo předloktím. Vedle akutního kašle, který v tomto období trápí mnoho pacientů, však existuje také chronický kašel, který může být zapříčiněn závažnějším onemocněním. Lékárnici vám poradí, jaké postupy a přípravky zvolit při samoléčbě jednotlivých typů kašle i kdy je potřeba vyhledat lékařskou pomoc.

Praha, 23. ledna 2020 – Kašel se v našem okolí ozývá v průběhu zimních měsíců častěji než ve zbývajících částech roku. Ač se většinou jedná o průvodní jev běžného nachlazení, v určitých případech může jít o příznak chřipky či jiného vážnějšího onemocnění, jako je černý kašel. *„Rozhodně není vhodné kašel bagatelizovat jako něco, co samo časem přejde. U kašle rozlišujeme jeho různé typy a pacienti by mu tak měli věnovat dostatečnou pozornost. V nejběžnějších případech dokáží pomoci lékárnici nastavením vhodné samoléčby,”* říká **prezident České lékárnické komory Mgr. Aleš Krebs, Ph.D.** a dodává: *„Pokud kašel přetrvává déle než tři týdny, může se jednat o kašel chronický, který bývá signálem závažnějšího onemocnění a je proto na místě navštívit lékaře.”* Příčiny kašle totiž mohou být různé, ať už jde o alergie, astma, psychogenní kašel či kašel při srdečním onemocnění nebo ten, který může být způsoben užíváním léků na vysoký krevní tlak.

Léčba se liší podle charakteru kašle i pacienta

U dětí i dospělých se nejčastěji vyskytuje kašel akutní, který trvá až tři týdny. Nejčastěji vzniká jako důsledek virové či bakteriální infekce horních cest dýchacích a při jeho léčbě je nutné rozlišovat tzv. suchý a vlhký kašel. *„Zatímco při suchém kašli se žádné hleny netvoří, vlhký neboli produktivní kašel je typický tvorbou hlenů, které však nemusí být vždy snadno vykašlávány,”* vysvětluje rozdíly **viceprezident ČLnK PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D.** s tím, že na oba typy kašle existuje široká škála volně prodejných přípravků bez lékařského předpisu ve formě kapek, sirupů i tablet. *„Přípravky tlumící suchý kašel obsahují některou z účinných látek jako je dextrometofan, butamirát, dropropizin nebo levodropropizin. Přípravky na vlhký kašel usnadňují vykašlávání a obsahují látky jako acetylcystein, erdostein, ambroxol nebo bromhexin,”* dodává **PharmDr. Kopecký, Ph.D.** Aplikační formu je vhodné volit podle toho, kdo léky užívá. Nejpoužívanější jsou sirupy, jež jsou nejvhodnější formou nejen pro děti, ale také pro starší pacienty, kteří mohou mít potíže s dávkováním kapek. Tablety pak

Pro další informace:

Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident ČLnK:

+420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz

PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D., viceprezident ČLnK:

+420 604 344 754, kopecky@lekarnici.cz

Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 776 365 213, bazantova@lekarnici.cz



vyhovují zejména dospělým s hmotností přes 80 kg, kteří by u sirupů či kapek dávkovali velké množství, aby dosáhli odpovídajícího léčebného účinku.

Pozor na kombinaci léků na kašel! Před samoléčbou se poradte s lékárníkem

Suchý dráždivý kašel může sám postupně odeznít nebo se může během pár dní změnit na kašel produktivní. Pokud suchý kašel přechází v záchvaty, nereaguje na tlumení pomocí volně prodejných antitusik a způsobuje až dušnost, je třeba navštívit lékaře. „*Nejčastějším lékem na předpis proti suchému kašli bývá kodein, který zároveň může způsobovat ospalost a malátnost. Nesmí se užívat v případě, že jde o produktivní kašel, a není určen dětem ani pacientům, kteří užívají jiné tlumící léky,*“ upozorňuje **lékárnice a tisková mluvčí ČLnK Mgr. Michaela Bažantová**.

Pacienti by si při samoléčbě měli dát pozor i na podávání léků tlumících kašel a léků podporujících vykašlávání, jejichž současné užití může zdravotní stav naopak zhoršit. „*Pokud užijete lék na vlhký kašel usnadňující vykašlávání zároveň s antitusikem (které kašel tlumí), dojde k nežádoucímu hromadění hlenu v dýchacích cestách. Při samoléčbě je vždy vhodné konzultovat léčebný postup s lékárníkem, který zhodnotí váš zdravotní stav. Například je možné řešit denní potřebu vykašlávání při vlhkém kašli lékem podporujícím vykašlávání a jeho poslední dávku podat kolem páté odpoledne. A na noc, pokud vás kašel obtěžuje, užít naopak lék tlumící kašel,*“ vysvětluje možné léčebné postupy **Mgr. Bažantová**.

Laryngitida – štěkavý noční „strašák“ rodičů malých dětí

Dalším typem kašle je laryngitida, která se nejčastěji objevuje u dětí mezi prvním a třetím rokem života. „*Pro onemocnění je typické, že dítě jde spát „zdravé“ a v noci se budí záchvatem laryngitidy, který je velmi nepříjemný, stresující pro dítě i rodiče. Projevuje se štěkavým, vysilujícím kašlem, chrapotem a problémy s dýcháním. V dýchacích cestách vzniká otok, který dítě dusí. Jako první pomoc se doporučuje vystavení chladnému vzduchu, který může zmírnit otok a zlepšit dýchání. Velkým pomocníkem může být chladná noc, kdy otevřené okno a teplejší oblečení nebo deka často vyřeší celou situaci. V teplých měsících lze inhalovat chladný vzduch třeba z otevřené lednice. Jedná se ale o nebezpečný stav, a pokud se dítěti chladným vzduchem příliš neuleví a dechové obtíže se zhoršují, je potřeba ihned volat rychlou záchrannou službu,*“ vysvětluje **lékárnice Mgr. Alexandra Hašková, která je vedoucí projektu ČLnK Lékárnice maminky**, jehož cílem je poskytnout rodičům kvalitní zdroj nezávislých informací v oblasti zdraví nejen jejich dětí.

Šetrná léčba kašle pomocí rostlinných léčivých přípravků

Vhodnou a prokázanou léčbou vlhkého kašle jsou rostlinné léky s obsahem extraktů z listů břechťanu, nebo jeho kombinace s tymiánem. Dále jsou známé léky s obsahem výtažku z jitrocele, mateřídoušky a tymiánu. Dobrými pomocníky jsou také teplé bylinné čaje s obsahem tymiánu, slézu, proskurníku, jitrocele, lékořice, divizny, lišejníku a dalších. U dráždivého kašle způsobeného podrážděním sliznice

Pro další informace:

Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident ČLnK:

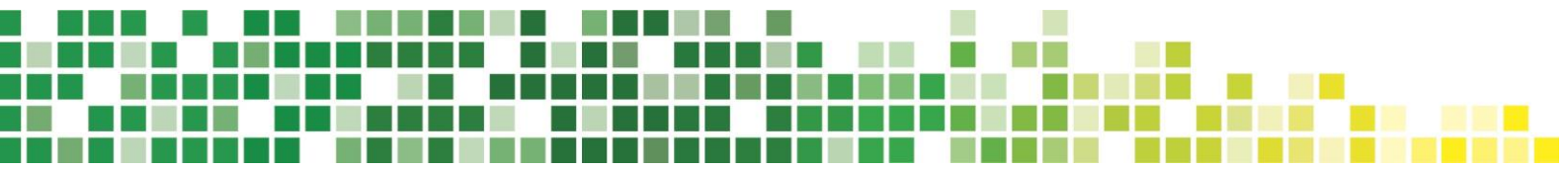
+420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz

PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D., viceprezident ČLnK:

+420 604 344 754, kopecky@lekarnici.cz

Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 776 365 213, bazantova@lekarnici.cz



hrtanu má smysl kloktání. „Naopak oblíbené větrové bonbony sice zlepšují dýchání, ale nemají léčivé účinky, a navíc mohou být alergizující. Opatrnost je na místě při tzv. „mazání na hrudník“, které je založeno na antiseptickém a desinfekčním účinku silic v mastovém základu. Mnoho silic však způsobuje alergickou reakci nebo jsou jejím spouštěčem, proto není tento postup vyhovující u dětí. Nepomáhá ani šátek omotaný kolem krku, vhodnější je odpočinek a udržování relativně vlhkého vzduchu v místnosti, kterou je potřeba pravidelně intenzivně větrat,“ dodává závěrem lékárnice **Mgr. Michaela Bažantová**.

Nerozpoznáte suchý kašel od vlhkého? Lékárnice maminky poradí

Více o léčích proti kašli, kašli u kojenců a batolat a další ověřené informace naleznete na patientském webu <http://www.lekarnickekapky.cz>, jež odborně spravuje Česká lékárnická komora. Mnoho cenných rad je k dispozici také na odborném webu lekarnice-maminky.cz, který nabízí rodičům kvalitní zdroj nezávislých informací v oblasti zdraví nejen jejich dětí. V článku zaměřeném na kašel jsou k dispozici také zvukové ukázky suchého a vlhkého kašle.

Česká lékárnická komora je samosprávná nepolitická stavovská organizace sdružující lékárníky. Byla zřízena zákonem ČNR č. 220/1991 Sb., o České lékařské komoře, České stomatologické komoře a České lékárnické komoře. Její ustavující sjezd se uskutečnil 28. - 29. září 1991.

Česká lékárnická komora dbá, aby její členové vykonávali své povolání odborně, v souladu s jeho etikou a způsobem stanoveným zákony a řády komory. Zaručuje odbornost svých členů a potvrzuje splnění podmínek k výkonu lékárnického povolání. Posuzuje a hájí práva a profesní zájmy svých členů, stejně tak chrání jejich profesní čest.

Pro další informace:

Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident ČLnK: +420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz
PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D., viceprezident ČLnK: +420 604 344 754, kopecky@lekarnici.cz
Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK: +420 776 365 213, bazantova@lekarnici.cz

