



# PRIPRAVTE SA NA CHRÍPKU, JESEŇ UŽ PRICHÁDZA!

Odborná redakcia Edukafarm

**Chríпка je akútna, vysoko nákazlivá choroba dýchacích ciest spôsobená chrípkovými vírusmi. Netreba ju podceňovať, lebo u nepripraveného organizmu môže vyvolať závažné zdravotné, niekedy až smrteľné následky, hlavne u starších osôb a osôb s ochoreniami pľúc alebo srdca. Ako „chrípkový sezónu“ označujeme obdobie od 1. októbra do 30. apríla nasledujúceho roka. Chorobnosť na chríпку sa zvyšuje najmä v priebehu decembra a januára a spravidla začiatkom februára kulminuje v epidémii, ktorá v priebehu 4 – 8 týždňov zachváti celé územie Slovenska.**

## Chrípkové symptómy

Príznaky chrípkou začínajú náhle, bolesťami hlavy (najmä za očami), zimnicou, triaškou, následným vzostupom teploty na 39°C a viac, celkovou slabosťou, bolesťami svalov a kĺbov. Jednoducho, vírusy chrípkou človeka dokážu veľmi rýchlo vyradiť z bežného života, a odkázať ho len na liečenie v posteli. Vírusy vyvolávajú zápal slizníc, čo sa postupne prejaví bolesťou hrdla, zápalom priedušnice a priedušiek, čo vyvoláva suchý kašeľ, môže sa objaviť aj nádcha. Občas býva postihnuté aj zažívacie ústrojenstvo spojené s vracaním a hnačkou. U oslabených osôb môže vzniknúť vírusový zápal pľúc, ktorý môže byť aj smrteľný. Vysoké teploty pretrvávajú zväčša 2-3 dni, čo vedie k veľkému vysileniu organizmu.

Klinické príznaky chrípkou trvajú 2 – 7 dní, k úplnému uzdraveniu obvykle dôjde do dvoch týždňov od prvých príznakov, pocit únavy však môže pretrvávať aj niekoľko týždňov. Chrípkou netreba podceňovať, lebo pri nesprávnom liečení často dochádza k bakteriálnej infekcii zasiahaných slizníc, a vzniku závažnejších komplikácií, ako je napr. bakteriálny zápal pľúc, zápal stredného ucha, alebo zápal srdcového svalu.

Počas epidémie zvykne ochorieť celkovo 10 až 20 % populácie, u detí predškolského a školského veku sa chorobnosť pohybuje od 40 do 60 %. Väčšinou to bývajú práve deti, ktoré chrípkou zasiahne ako prvé a ktoré prinesú chrípkový vírus do rodín, a tak v krátkom čase ochorejú aj dospelí.

## Pôvodcovia chrípkou

Chríпка je spôsobovaná chrípkovými vírusmi čeľade *Orthomyxoviridae* typov A, B a C. Vírusy typu A sa dokážu rýchlo meniť tzv. zmutovať, čo vedie k vysokej nákazlivosti a vzniku epidémii alebo pandémie. Vírusy chrípkou

postihujú okrem ľudí aj zvieratá, ako sú ošipané, kone, morské cicavce a vtáky. Tieto vírusy môžu prežívať prednostne v hydine (sliepky a kačice), ale aj v ošipaných bez toho, aby u zvierat vôbec vyvolali nejaké ochorenie. Práve v ázijských krajinách, kde človek a zvierka často žijú na malom priestore, môžu tieto vírusy veľmi ľahko prejsť na človeka. Táto skutočnosť znásobuje možnosť mutácií u týchto vírusov.

## Pôvodcovia prechladnutia, resp. chrípkou podobné ochorenia

(Influenza Like Illness, ILI).

Na jeseň sa stretávame častejšie ako s chrípkou, s chrípkou podobným ochorením, ľudovo nazývaným prechladnutím. Vyvolané je inými vírusmi (vírusom parainfluenzy, respiračným syncytiálnym vírusom, rhinovírusom, adenovírusom...). Ide o klinicky miernejšie ochorenia, a na rozdiel od chrípkou sa u týchto ochorení rozvíjajú klinické príznaky postupne. Sú to bolesti hrdla, kýchanie, následne nádcha a kašeľ, horúčka zriedkavo nad 38°C, bez výraznej bolesti hlavy, svalov, zimnice a pocitu nadmerného vyčerpania.

## Aké sú možnosti prevencie?

Jednou z možností je očkovanie proti chrípkou. Svetová zdravotnícka organizácia – WHO na základe databázy z rôznych laboratórií po celom svete radí a odporúča výrobcovi, aké kmeny začleniť do vakcín proti chrípkou. Väčšinou bývajú odporúčané 2 kmene A a 1 kmeň vírusu B. Nakoľko vírusy chrípkou často mutujú (menia sa), nemusí očkovanie dostatočne chrániť, navodzuje totiž tvorbu protilátok a chráni organizmus len proti vírusom nachádzajúcim sa vo vakcine. Prevencia danou vakcínou nechráni človeka pred zmenenými vírusmi, je teda neúplná a necháva bez ochrany značný počet iných chrípkou podobných ochorení, ktoré však s klasickou chrípkou z etiologického hľadiska, nemajú nič spoločné.

Na základe týchto úvah sa už nejakú dobu navrhuje doplniť očkovanie proti chrípkou o prevenciu založenú na užívaní prípravkov, ktoré vedia účinne stimulovať imunitný systém človeka.

## Skúsenosti s liekom GUNAPREVAC už aj na Slovensku

Nielen v zahraničí, ale už aj na Slovensku majú lekári dobré skúsenosti s komplexným prípravkom GUNAPREVAC, ktorý je veľmi účinný v prevencii – je schopný stimulovať komplexne imunitný systém a zároveň posilňovať sliznice dýchacích ciest.

Užívanie prípravku GUNAPREVAC sa však neobmedzuje iba na prevenciu; úspešne sa používa aj v liečbe chrípkového syndrómu (horúčka a ďalšie príznaky zápalu), pričom pozastavuje možný vývoj ochorenia.

## Porovnanie účinnosti

Účinnosť rôznych prístupov liečby chrípkového syndrómu bola sledovaná v pediatickej ambulancii v Taliansku v období od 1.1. – 31.3.2012. Do štúdie bolo zaradených 159 pacientov (85 Ž, 74 M) vo vekovom rozmedzí od 3 do 12 rokov (priemerný vek 6 rokov, 7 mesiacov). Porovnávaná bola liečebná účinnosť kompozitného prípravku GUNAPREVAC s účinkami PARACETAMOLU, ktorý je bežne v lekárskej praxi používaný na príznaky chrípkového syndrómu.

Pacienti boli rozdelení do 2 skupín: Skupina A (GUNAPREVAC: n=78) a Skupina B (Paracetamol: n=81).

Do štúdie boli zaradení takí pacienti, ktorí sa dostavili na prvé vyšetrenie do 24 hodín od vypuknutia ochorenia. Museli mať aj rýchly a náhly nástup horúčky – nad 38,5°C, jeden zo všeobecných/celkových príznakov (bolesť hlavy, celková telesná slabosť, alebo celková nevoľnosť), jeden z respiračných príznakov (kašeľ, zápal nosohltanu, upchatie nosa) a mohli sa vyskytnúť aj črevné alebo zažívacie problémy.

Do štúdie neboli zaradené deti, ktoré boli očkované proti chrípkou, alebo mali viac ako šesťkrát akútne dýchacie respiračné ochorenie v predchádzajúcom chrípkovom období, alebo trpeli nejakým chronickým ochorením (cukrovka, alergia, atď.).

Deňom bola meraná telesná teplota po 24, 48, 72 hodinách, vždy o 17 hodine. Ostatné klinické príznaky boli kontrolované a ohodnotené bodmi od 0 (bez príznakov) po 3 (príznaky značnej závažnosti).

Indikátorom účinnosti liečby bola telesná teplota pod 37°C a vyhodnotenie bodov u jednotlivých klinických príznakov. Z analýzy získaných výsledkov vychádzala jasná liečebná prevaha prípravku GUNAPREVAC (skupina A - liečba nízkymi dávkami) než v skupine B (tradičná liečba) buď po 24, 48, alebo 72 hodinách. Toto všetko dokazuje, že okrem preventívneho užívania, ktoré bolo dokázané v predchádzajúcich prácach o lieku GUNAPREVAC, sa môže tento prípravok úspešne používať aj na liečbu akútnych príznakov chrípkového syndrómu, čo dokazuje rýchlosť významných príznakov a žiadne nežiaduce vedľajšie účinky.

Výsledky z viacerých klinických štúdií potvrdzujú jeho komplexné a lepšie pôsobenie pri prevencii ako aj pri liečbe akútneho stavu chrípkou oproti očkovaniu, bakteriálnym lyzátoom a paracetamolom. Je vhodné ho mať poruke v domácej lekárnici, aby sa mohol použiť ihneď pri prvých príznakoch chrípkou, alebo prechladnutia, a tak zamedzil rozvoju vážneho infekčného ochorenia, akým je nepochybne chríпка.

Spracovala odborná redakcia Edukafarm.