

# Léčba akutních infekcí horních cest dýchacích

## DESATERO PRO LÉKÁRNÍKA

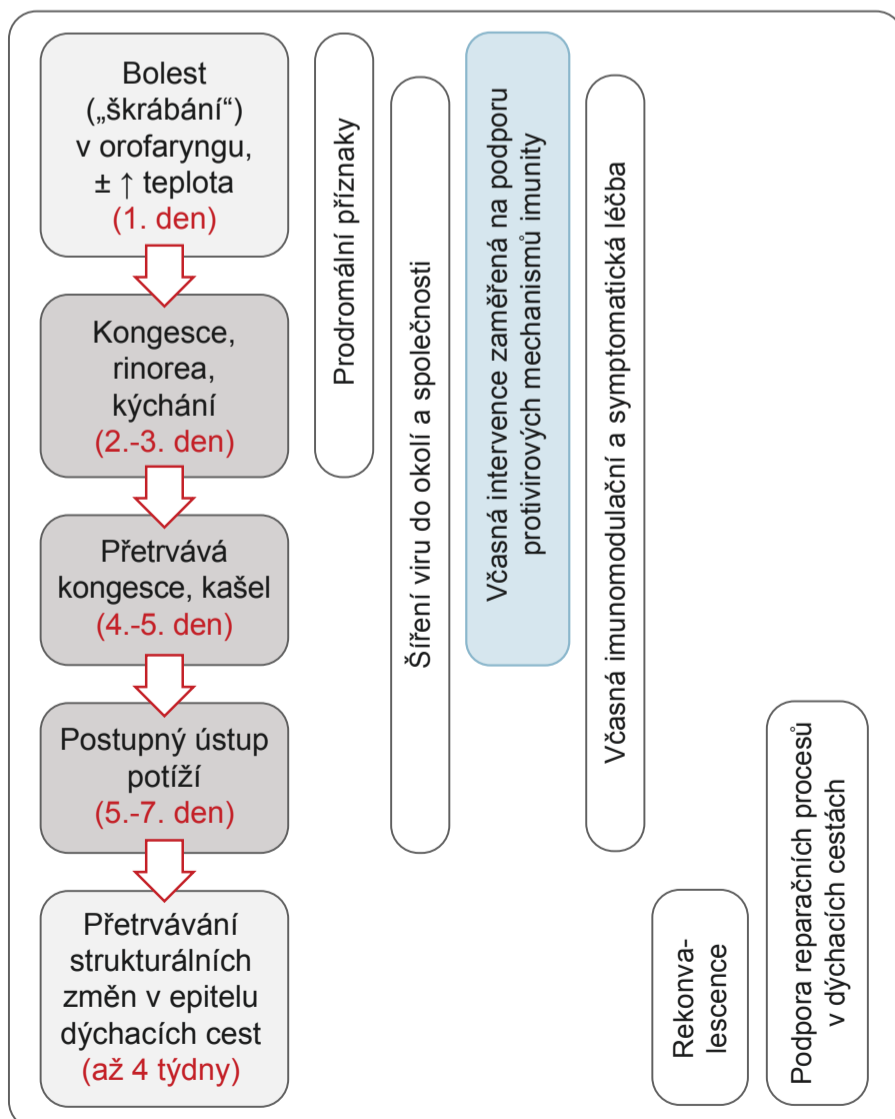


**Zinkorot®**  
zinek, který léčí

- Většina akutních respiračních infekcí je **virového původu**, antibiotickou léčbu je třeba ordinovat pouze u jasného podezření nebo důkazu bakteriální příčiny.
- C-reaktivní protein (CRP)** není nutné vyšetřovat při každé respirační infekci, je však důležitým orientačním parametrem při rozhodování o možném původu infekce. Hodnoty CRP nad 40–50 mg/l jsou obvykle známkou bakteriální infekce.
- Zvýšená hygiena** (časté větrání prostor, mytí rukou, používání antiinfekčních prostředků, zakrývání si úst při kýchání a kašlání, použití obličejové roušky) a **izolace od ostatních** snižují šíření dané infekce v okolí a společnosti.
- Obecná režimová opatření** (domácí léčba podle závažnosti infekce, dostatek tekutin, např. bylinné čaje, omezení fyzické aktivity).
- Včasná imunomodulační léčba** s využitím podpory přirozených protivirotických imunitních obranných mechanismů v organismu a **symptomatická léčba** spolu se **zlepšením hygieny nosní dutiny jsou základní pilíře terapeutického přístupu**.
- Včasná imunomodulační léčba** zahrnuje:
  - Stopové prvky – zinek**, v průběhu 12–24 hodin od prvních příznaků infekce, ve zvýšené dávce (u dospělého dávka 75 mg elementárního Zn/den) po dobu nejméně 5 po sobě následujících dní.
  - Vitaminoterapie – vitamin C** u dospělého jedince dávka minimálně 200 mg/den, podle některých doporučení i dávka okolo 1 g/den, a **vitamin D** u dospělého jedince dávka minimálně 2 000–4 000 IU/den.
  - Přírodní imunomodulační přípravky** – biologicky aktivní **polysacharidy (β-glukany)** a některá **fytofarmaka** (extrakty z echinacey nebo Pellargonium sidoides). Možnost kombinovat více přípravků a využít jejich synergický účinek.
  - Bakteriální lyzáty** – na doporučení lékaře, vázané na lékařský předpis.
- Infekce krku, nosní dutiny nebo středouší – **topické přípravky ke slizničnímu použití** (vybrané směsi probiotik k orálnímu nebo intranazálnímu podání, extrakty z kolostra, přípravky s obsahem nukleotidů či lysozymu).
- Včasná symptomatická léčba** podle příznaků onemocnění:
  - Kongesce nosu – dekongestiva** (α-mimetika) na začátku léčby, nepoužívat déle než 5–7 dní u dospělých (u dětí 3–5 dní).
  - Solné roztoky – hypertonické** zejména u akutních příznaků a při potřebě zmírnění otoku sliznice HCD, **izotonické** jako doplňková léčba alergické rinitidy či jiných forem chronické rinitidy.
  - Kašel – antitusika** u suchého a dráždivého kašle, případně u kašle s expektorací, u rinosinuitidy s nadměrnou tvorbou hlenu a jeho stázou v nosních dutinách nebo při vlhkém kašli je volbou **mukomodulační léčba**.
  - Horečka – antipyretika (paracetamol nebo ibuprofen)**, obvykle u přítomné horečky nad 38,0 °C nebo v závislosti na celkových příznacích a dyskomfortu pacienta. **Kyselina acetylsalicylová** se nedoporučuje u dětí do 16 let (v některých zemích do 12 let). Kombinování a střídání antipyretik se nedoporučuje.
  - Bolest v krku – topická anestetika, lokální antiseptika, lokální imunomodulátory, topické protizánětlivé léky.**
- Pravidelná hygiena nosní dutiny – izotonické solné roztoky** vhodné i pro dlouhodobé použití.
- Vyšetření u lékaře**, pokud se objeví druhá fáze zhoršení, případně se vrátí horečka nebo příznaky trvají více než 7 dní u jinak zdravých dospělých (u dětí, těhotných žen, polymorbidních pacientů a seniorů dříve).
- Každoroční očkování proti chřipce** optimálně před začátkem sezóny (říjen–listopad).

## Běžné nachlazení

### fáze a možnosti terapeutické intervence



## Respirační projevy

### diferenciální diagnostika

	Alergická rinitida	Chřipka	Běžné nachlazení (common cold)	COVID-19
Horečka	ne	ano (3-4 dny)	zřídka	ano
Bolest hlavy	zřídka	výrazná	zřídka	někdy
Myalgie	ne	často, výrazná	zřídka	někdy
Slabost	někdy	často, výrazná	mírná	někdy
Extrémní vyčerpání	ne	často (časný příznak)	nikdy	někdy (progreduje pomalu)
Průjem	ne	někdy (u dětí)	ne	někdy (vyučování stolici)
Ztráta čichu a chuti	zřídka	zřídka	zřídka	někdy
Kongesce nosu	často	někdy	často	zřídka
Rinorea	často	někdy	často	zřídka
Bolest krku	ne	často	často	někdy
Kašel	někdy	často (i těžký)	mírný až střední	často (suchý)
Dyspnoe	někdy (projevy astmatu)	zřídka	zřídka	těžké formy ano