

# Bolest v krku - současné možnosti v samoléčbě

PharmDr. Bc. Hana Kotolová, Ph.D.

Ústav humánní farmakologie a toxikologie  
FaF VFU Brno



Projekt IVA 2019FaF/3140/79



# Bolest v krku

- Bolest v krku je často prvním příznakem začínajícího onemocnění HCD.
- Je provázená zarudnutím, otokem, škrábáním, pálením, chrapotem nebo potížemi při polykání.
- V případě včasného zásahu a doporučení vhodné symptomatologické léčby můžeme odvrátit závažnější průběh onemocnění.
- Symptomatická léčba bolesti v krku je indikována jako samostatná léčba u zánětlivých onemocnění primárně virové etiologie,
- Doplněk léčby kauzální.
- (Kauzální léčba bolestí v krku představuje při infekcích bakteriálního původu především aplikaci antibiotik předepsaných lékařem).

# Bolest v krku

- Bolest v krku představuje problematiku, se kterou se lékárník setkává celoročně.
- Nejčastější příčinou těchto bolestí jsou banální virové infekce horních cest dýchacích (HCD).
- Vyšší incidence je typická pro podzimní a jarní měsíce. V zimě se přidává i vliv celkového oslabení organismu. Většina onemocnění je způsobena virovou infekcí, které převládá hlavně na jaře a v létě.
- Obvykle jen malý podíl bolestí v krku, se kterými se lékárník setkává, tvoří prognosticky závažnější onemocnění, zahrnující akutní bakteriální infekty, zánětlivé komplikace angín, traumatické bolesti, stenózující procesy hrtanu a zhoubné nádory krku.

# Bolest v krku - Příznaky bakteriální a virové infekce

	Bakteriální infekce	Virová infekce
<b>Celkové příznaky</b>	Teplota často nad 38 °C trvající déle než 72 hod., zimnice, třesavka, bolesti hlavy, malátnost, bolesti svalů a kloubů.	Teplota do 38 °C, obvykle ústup do 72 hod., mírná bolest hlavy, svalů a kloubů.
<b>Lokální příznaky</b>	Náhlá, úporná bolest v krku, znesnadňující polykání a mluvení. Někdy výrazná jednostranná lokalizace.	Mírnější bolest popisovaná jako škrábání a pálení v krku, doprovázené rýmou, kašlem a chraptím.
<b>Klinický obraz</b>	Zarudlé a zbytnělé krční mandle často s povlaky, zbytnělá jazyková mandle, reaktivní lymfadenopatie.	Zarudlé boční a zadní stěny hltanu, zarudlé krční mandle, povlak jazyka, zarudlé sliznice dutiny nosní i nosohltanu.
<b>Léčba</b>	Antibiotická + symptomatická – léčiva s protizánětlivým účinkem (zajišťující příjem potravy a tekutin, zlepšující komfort pacienta).	Symptomatická – vhodnost samoléčení - doporučit léčiva s protizánětlivým účinkem, nebo antiseptika.

# Bolest v krku - lokální protizánětlivá léčiva

- Zánět můžeme ovlivnit podáním lokálně působících přípravků s obsahem **benzydaminu** nebo **flurbiprofenu**.
- Díky protizánětlivému účinku dochází ke zmenšení otoku v krku, a tím usnadnění polykání. Analgetické působení přináší rychlou úlevu od bolesti.
- Klinické použití protizánětlivých léčiv je dáno především lékovou formou, ve které je účinná látka obsažená. Pastilky, roztoky a spreje se používají u zánětlivých afekcí dutiny ústní a hltanu doprovázených zarudnutím, otokem a bolestí.

# Bolest v krku - lokální protizánětlivá léčiva

- **Benzydamin** je nesteroidní antiflogistikum, ovlivňující produkci zánětlivých mediátorů. Je to látka s protizánětlivým a analgetickým účinkem a antiseptickou aktivitou. Působí na řadu bakterií, rezistentních k antibiotikům (ampicilin, tetracyklin) (*Tantum Verde*<sup>®</sup>).
- **Flurbiprofen** je nesteroidní antiflogistikum s lokálním protizánětlivým, analgetickým a mírným fungistatickým účinkem (*Strepen*<sup>®</sup>).

# Bolest v krku - Antiseptika

- **Antiseptika** se používají jako pomocná léčiva u zánětů HCD doprovázených bolestí v krku (např. u faryngitidy či tonzilitidy) a u zánětlivých afekcí lokalizovaných v dutině ústní.
- Další využití zahrnuje použití k podpůrné terapii po tonzilektomii a jiných chirurgických výkonech v dutině ústní, event. k potlačení zápachu z úst.
- Antiseptika jsou desinfekční látky s dostatečně nízkou toxicitou vůči buňkám hostitele, které lze použít na sliznicích.
- Antiseptika vykazují nespecifický bakteriostatický až baktericidní účinek, některá mají i virucidní a fungicidní účinky.

# Bolest v krku - Antiseptika

- **Antiseptika**
- Jako zástupce této skupiny je známý především jod a jeho deriváty.
- Mezi HVLP patří **jodpovidon**, který působí baktericidně na G+ a G- mikroorganismy, dále na kvasinky, spóry a některé viry (*Jox*<sup>®</sup>).
- Nevýhodou jsou alergické reakce, nevhodnost u pacientů se sníženou funkcí štítné žlázy, těhotných a kojících.



# Bolest v krku - Antiseptika

Mezi další zástupce této skupiny patří:

- **Amylmetakresol** s antibakteriálními účinky proti bakteriím vyvolávajícím infekce dutiny ústní, působí i proti některým virům a kvasinkám.
- **Dichlorobenzenmethanol** s výrazným bakteriostatickým až baktericidním účinkem a fungistatickými účinky (kombinace obou antiseptik obsahuje např. *Neo-angin*<sup>®</sup>, *Orasept*<sup>®</sup>, *Strepsils*<sup>®</sup>).
- **Benzoxon chlorid** vykazující bakteriostatické až baktericidní účinky, s mírnými protivirovými a fungistatickými účinky (*Orofar*<sup>®</sup>).
- **Benzalkonium chlorid** má baktericidní a fungistatický účinek (*Septolete*<sup>®</sup>).

# Bolest v krku - Antiseptika

- Mezi další zástupce této skupiny patří:
- **Cetylpyridinium chlorid** je sloučenina se širokým spektrem antimikrobiální aktivity zahrnující bakterie, kvasinky a viry (*Neoseptolet<sup>®</sup>*, *Septabene<sup>®</sup>*).
- **Chlorhexidin** s bakteriostatickým až baktericidním účinkem. Působí na vegetativní formy bakterií a mykobakterie, vykazuje mírnou účinnost na houby a viry (*Drill<sup>®</sup>*, *Septofort<sup>®</sup>*).
- **Hexetidín** s baktericidními a fungicidními účinky (*Stopangin<sup>®</sup>*).
- **Tridecanamin** jehož antibakteriální aktivita zahrnuje G+ a G- mikroorganismy a kvasinky (*Septilen<sup>®</sup>*).
- Některá antiseptika (cetylpyridin, benzoxon, chlorhexidin) jsou kombinována s lokálními anestetiky zahrnující **benzokain**, **lidokain** a **tetrakain**.

## Bolest v krku – zdravotnické prostředky, potravní doplňky

- Zdravotnické prostředky určené k ochraně sliznic ústní dutiny a hltanu, především při bolestech v krku často obsahují vitamín C k podpoře imunity, dexpanthenol k podpoře hojení podrážděných sliznic a islandský lišejník se zklidňujícím účinkem.
- sortiment potravinových doplňků k podpoře ovlivnění bolesti v krku zahrnující včelí produkty hlavně propolis s antimikrobiálním, imunomodulačním a protizánětlivým účinkem, bylinné přípravky (heřmánek, šalvěj, mateřídouška, sléz...) nebo přípravky z minerální vody Vincentka.

## Obecná pravidla, která mohou zrychlit průběh léčby:

- udržovat čistotu krku a okolí čištěním zubů po každém jídle
- kloktat a popíjet Vincentku
- omezit příjem mléka a mléčných výrobků (při zahlenění), omezit čokoládu, cukrovinky
- omezit kouření
- Kloktání, výplachy úst, nebo cucání pastilek se obvykle provádějí 3 – 4x denně, po jídle, 15 – 20 minut poté není vhodné jíst a pít.
- Vhodným doplňkem symptomatické léčby bolestí v krku je aplikace Priessnitzova obkladu.
- Pokud bolest v krku neustoupí do tří dnů od začátku samoléčby, je lepší navštívit lékaře.

## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- Na začátku každého rozhovoru směřujícího k doporučení konkrétního přípravku je otázka, zdali je přípravek pro dotyčnou osobu, nebo budeme doporučovat postup pro dítě, nebo jinou dospělou osobu. Chce-li pacient lék na bolest v krku pro sebe, je nutné zjistit základní symptomy týkající se jak samotné bolesti, tak i doprovodných příznaků.
- Jak dlouho bolest v krku trvá, nemá velký význam, neboť několik dní neléčená bolest v krku může ustoupit po lokální podpůrné terapii, naopak i jedno denní bolest razantního charakteru se schvácením organismu může být indikací k návštěvě lékaře a následné terapii antibiotiky.
- Více o stavu vypovídá odpověď na otázku, zda se bolest výrazně zhoršuje. Pokud ano, navíc s velmi bolestivým polykáním, nebo s jednostranným zvýrazněním, je nutné doporučit vyšetření pacienta u praktického lékaře.
- Teplota nad 38 °C může naznačit, že jde o pacienta ohroženého horečkou, který by měl být co nejdříve vyšetřen lékařem, kvůli nebezpečí závažného akutního onemocnění.
- Dle těchto informací vyhodnotíme, zdali doporučíme pacientovi samoléčbu pomocí volně prodejných léků, nebo pacienta odešleme k lékaři.
- I takovému pacientovi můžeme doporučit vhodný přípravek pro zvládnutí nepříjemných symptomů. Přípravek může usnadnit polykání, příjem potravy a tekutin, než nastoupí účinek kauzální léčby.

# Bolest v krku – Varovné signály

## Kdy kontaktovat lékaře?

### KONZULTACE S LÉKAŘEM

Výrazná často jednostranná bolest v krku, zhoršená při polykání,  
bolest znemožňuje příjem potravy, bolest se zhoršuje.

Symptomatická léčba nepřináší úlevu, symptomy se zhoršují,  
symptomy se často opakují.

Malé děti, těhotné a kojící.

Neklesající horečka přesahující 41 °C.

Dlouhodobě vysoká horečka (nad 38°C).

Dlouhodobý neutišitelný kašel, expektorace hustého sputa,  
bolesti v oblasti průdušek, dušnost.

## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- Důležité je upozornit pacienta, že pokud bolest v krku neustoupí do tří dnů od začátku samoléčby, je lepší navštívit praktického lékaře.
- Pacienta se dále cíleně doptáváme na alergické onemocnění, chronické onemocnění dýchacích cest, kardiální onemocnění, postižení štítné žlázy, diabetes, u žen ve fertilním věku nesmíme zapomenout na případné těhotenství a kojení.
- Pokud je pacient již léčen lékařem, nebo si již na bolest něco koupil, vybíráme přípravek tak, aby nedošlo k nežádoucím interakcím nebo nadbytečnému zdvojení léčby stejným či podobným lékem.

## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- **Děti předškolního věku do 6 let** jsou pro lokální léčbu bolesti v krku limitovaní schopností zvládnout aplikaci určité lékové formy. Proto nejmenším dětem od 1 roku můžeme doporučit sirup s obsahem lišejníku a slézu pro tvorbu ochranného filmu v dutině ústní a krku a od 3 let např. lízátka s obsahem lišejníku a dexpantenolu.
- Z potravních doplňků udržující čistotu v krku od 3 let volíme pouze pastilky na bázi přírodních látek (propolis, heřmánek, šalvěj, a přípravky z minerální vody Vincentka).
- U čtyřletých lze použít monokompozitní léčiva obsahující protizánětlivé látky – benzydamin, a antiseptika - benzoxon, benzalkonium a cetylpyridin.
- Pro pětileté děti je výběr pastilek širší o chlorhexidin a tridekan.
- Kloktadla nejsou indikována.
- Kontraindikovány jsou přípravky s obsahem lokálních anestetik, stejně jako přípravky ve formě sprejů.



## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- **Děti ve věku od 6 let** mají na výběr téměř stejný sortiment přípravků jako dospělí, s výjimkou sprejů obsahující jodovaný povidon a hexetidin, které jsou určeny pro děti od 8 let.
- Přípravky s lokálním anestetikem, by se u dětí měly použít výjimečně jen v případě silné bolesti při polykání, která dětem brání v příjmu potravy a nápojů.
- Flurbiprofen je indikován od 12 let.

## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- **Těhotné a kojící ženy** je nutné upozornit na riziko poškození plodu či dítěte v případě použití nevhodných přípravků.
- Z antisepticky účinných léků je indikován **tridekan**, ostatní látky se pro nedostatek informací v těhotenství nedoporučují, nebo doporučují užívat s opatrností, nebo pokud jsou k tomu vážné důvody se zvážením případného rizika (benzoxon, chlorhexidin, amylmetakresol s dichlorbenzylalkoholem).
- Flurbiprofen je v těhotenství kontraindikován.
- Těmto ženám můžeme dále nabídnout potravní doplňky na bázi přírodních produktů zahrnující bylinné přípravky (mimo šalvěje) a propolis, další alternativou jsou homeopatické přípravky.

## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- **Alergici**, resp. astmatici, by se z důvodu vyššího rizika alergických reakcí měli vyvarovat přípravků s obsahem jódu, lokálních anestetik, včelích produktů a všech dalších, u nichž výrobce upozorňuje na možnou reakci z přecitlivělosti (mimo jiné i umělá sladidla).
- Obezřetnosti je třeba také u nesteroidních antirevmatik, které mohou zhoršit příznaky obou diagnóz.

## Bolest v krku - Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- **Diabetikům** nabízíme pouze přípravky bez cukru.
- U kardiaků, resp. osob trpících **arytmiemi** (resp. užívajících antiarytmika), je vhodnější nedoporučovat přípravky s obsahem lokálních anestetik hlavně z důvodu nebezpečí nedodržení předepsaného dávkování.
- Osobám s **poruchami štítné žlázy** (zejména pacientům s hypertyreózou) by neměly být aplikovány přípravky s obsahem jódu, stejně jako osobám s přecitlivělostí na jód.

## Bolest v krku – Výběr vhodné terapie – rozhodovací algoritmus

- Pacientům užívajícím **antikoagulancia a antiagregancia** a pacientům s anamnézou **gastrointestinálního onemocnění** se nemají doporučovat přípravky obsahující flurbiprofen.

## Bolest v krku - závěr

V současné době máme širokou paletu volně prodejných léčiv pro symptomatickou léčbu bolesti v krku.

Při výběru léčiv pro terapii bolesti v krku vyskytujícího se u nezávažných respiračních infektů, vycházíme z popisu příznaků, přípravek vybíráme dle typu pacienta s minimalizací rizika a maximalizací účinku.

Lékárna v případě pacientů s onemocněním dýchacích cest má plnit funkci pracoviště, které na jedné straně poradí se samoléčbou při nezávažných projevech onemocnění, a na druhé straně rozezná závažné onemocnění dýchacích cest, které je nutné léčit pod lékařským dohledem.

# Literatura :

- Kotolová H. Symptomatická léčba chřipky a nachlazení, Prakt. Lékáren. 2017; 13(1): 22-29
- MV-AISLP pro Windows,
- Databáze – Lexicomp Online
- Sexton D. J., et al. The common cold in adults: Treatment and prevention. Official reprint from UpToDate® 2016
- MV-AISLP pro Windows, verze 1.2018
- Databáze Lexicomp® 2/2018
- Bruthansová P., Plzák J., Jablonický P. Jak na bolesti v krku v jarních a letních měsících, Med. praxi 2013; 10(6-7): 226-229
- Gajdziok J., Tajovská E., Bajerová M., Chalupová Z. Léčiva s místním účinkem na choroby sliznice dutiny ústní, Prakt. Lékáren. 2010; 6(2): 68-72
- Rottenberg J. Bolesti v krku, Prakt. Lékáren. 2005; 1(2): 81-84
- Quane, P. A.; Graham, G. G.; Ziegler, J. B.: Pharmacology of benzydamin. Inflammopharmacology, 1998, vol. 6, s. 95–107.
- Kollár P. Bolest v krku - Doporučený postup, Česká lékárnická komora 2005
- Rottenberg J., Kostřica R.: Bolesti v krku. Doporučené postupy ČLS JEP, <http://www.cls.cz>
- Banskota AH, Tezuka Y, Kadota S. Recent progress in pharmacological research of propolis. Phytother Res, 15, 561–71 (2001)

Děkuji za pozornost

