

Fytoterapie u mírných gastrointestinálních potíží

PharmDr. Bc. Hana Kotolová, Ph.D.

Ústav humánní farmakologie a toxikologie

Farmaceutická fakulta, Veterinární a Farmaceutická univerzita Brno

Fytoterapie v oblasti gastrointestinálních potíží má hluboký historický základ a její význam přetrvává i v současné medicíně. V rámci evropské fytoterapie jsou léčivé byliny obvykle klasifikovány podle hlavních aktivních složek. V současné době máme u nás registrováno řadu přípravků ze skupiny fytofarmak pro ovlivnění gastrointestinálních potíží, jejich aplikace je založena na zkušenostech z dlouhodobého používání (tradiční rostlinné léčivé přípravky) nebo podložena klinickými studiemi. Registrovaná fytofarmaka zahrnují zhruba z poloviny čaje a čajové směsi, dále jsou na trhu kapky, roztoky a kapsle (1, 2, 3).

Klíčová slova: ???.

Phytotherapy in mild gastrointestinal complaints

The use of phytotherapy in treating gastrointestinal complaints has a profound historical background and its importance has persisted into modern medicine. Within European phytotherapy, medicinal herbs are usually classified according to their main active constituents. In the Czech Republic, a number of products from the group of phytopharmaceuticals are currently registered for managing gastrointestinal complaints the administration of which has been based on experience with long-term use (traditional herbal medicinal products) or substantiated by clinical trials. Around half of the registered phytopharmaceuticals include teas and tea blends, followed by drops, solutions, and capsules available at the market.

Key words: ??.

Úvod

Fytoterapie v oblasti gastrointestinálních potíží má hluboký historický základ a její význam přetrvává i v současné medicíně. V rámci evropské fytoterapie jsou léčivé byliny obvykle klasifikovány podle hlavních aktivních složek. V současné době u nás máme registrováno řadu přípravků ze skupiny fytofarmak pro ovlivnění gastrointestinálních potíží, jejich aplikace je založena na zkušenostech z dlouhodobého používání (tradiční rostlinné léčivé přípravky) nebo podložena klinickými studiemi. Registrovaná fytofarmaka zahrnují zhruba z poloviny čaje a čajové směsi, dále jsou na trhu kapky, roztoky a kapsle (1, 2, 3).

Potíže lokalizované do oblasti gastrointestinálního traktu, které jsou častou příčinou návštěv pacientů v lékárně a ordinací lékařů,

můžeme označit jako dyspepsie. Dyspepsie je souhrnné označení pro komplex trávicích subjektivních obtíží, které se vyskytují v různé kombinaci a mohou mít mnoho příčin, zahrnují soubor nepříjemných a bolestivých pocitů, které charakterizují poruchy trávení. Trávicí obtíže se projevují nepříjemným pocitem v nadbříšku a v okolí břicha, říháním bez pocitu úlevy, pálením žáhy, poruchou chuti k jídlu, pocitem nadmutí a plynatosti, kručením přeléváním, poruchou frekvence vyprazdňování aj.

Podle lokalizace a typu potíží můžeme dyspepsii dělit:

■ **Žaludeční nebo horní dyspepsie** – potíže lokalizované nad pupkem, pocit plnosti, pocit netrávení, bolest, tlak, nauzea, říhání. Jako

vzdálené potíže se mohou manifestovat hořko nebo pachuté v ústech, salivace.

- **Dyspepsie biliární** – původ v hepatobiliárním systému.
- **Střevní nebo dolní dyspepsie** – lokalizace střevních obtíží je méně určitá zahrnující pocit nadmutí s flatulencí, bolesti v břiše často související s pasáží stolice. Do střevní dyspepsie můžeme zahrnout poruchy ve vyprazdňování a kvalitě stolice (sklony k průjmům, nebo zácpě a jejich možné střídání).

Dyspeptické symptomy se mohou navzájem překrývat a prolínat a vyskytovat se bez rozdílu lokalizace (4, 5).

Dle nejnovější klasifikace funkčních dyspepsií, tj. trávicích poruch bez prokazatelné morfo-

logické, nebo biochemické příčiny, je ve světle nových poznání diskutováno i o vlivu mikrobiomu, potravě a výživě, multifaktoriální povaze biopsychosociálních procesů; významu úlohy CNS a genetiky ve vývoji příznaků onemocnění gastrointestinálního traktu (2, 6).

Režimová opatření

Tak jako u řady jiných zdravotních potíží i u poruch zažívacího traktu jsou důležitá nefarmakologická opatření. Tato doporučení se týkají dodržování racionálního životního stylu a vyvážené stravy. Zařadit dostatek odpočinku a spánku, vyvarovat se dlouhodobému stresu, pěstovat pohybové aktivity. V neposlední řadě je nutné zhodnotit i podíl na trávicích potížích z hlediska manifestace nežádoucích účinků léků na jiné komorbidity (7).

Horní a biliární dyspepsie

Farmakoterapie

Léčba funkčních poruch zažívacího traktu a dyspepsie je symptomatická, léčiva vybíráme dle převažujících symptomů:

Při dyspepsii ulcerózního typu s výraznou převahou pálení žáhy doporučujeme léčiva ovlivňující sekreci, nebo neutralizaci kyseliny chlorovodíkové. Antacida lze využít pro samoléčbu mírných forem refluxu s řídkou frekvencí obtíží převážně ve vazbě na dietní chybu. Při opakovaných obtížích doporučíme H₂-antagonistu nebo IPP. Pokud se potíže nezlepší samoléčbou, nebo se výrazně zhorší, je nutné kontaktovat lékaře. Samoléčba není vhodná u akutních stavů s horečkou, zvracením a křečovitými bolestmi břicha. U starších pacientů je nutno pamatovat na riziko maligního onemocnění.

Pokud pacient udává nadýmání, plynatost a nepříjemné pocity s tím spojené, jako je pocit tlaku a plnosti volíme deflatulenci simetikon a dimetikon (2, 8–10).

Při manifestaci biliární dyspepsie s pocitem špatného trávení, sníženou chutí k jídlu, pocitem tíhy po najezení, nebo dyspepsii s dietní chybou doporučíme trávicí enzymy, nebo choleretika podle převládajících symptomů. Amyláza takadiastáza je vhodná při poruše trávení škrobů, luštěnin, ovoce a zeleniny. Pankreatin je směs enzymů s lipolytickým, amylolytickým a proteolytickým účinkem, vhodný hlavně při poruše trávení tuků a bílkovin. Pokud pacient udává pocit tíhy,

Tab. 1. Vybrané léčivé rostliny a jejich efekt vztahující se ke GIT

Léčivá rostlina	Efekt
Fenykl <i>Foeniculum vulgare</i>	Plod obsahuje silice, olej, bílkoviny, flavonoidy, organické kyseliny, škrob, sliz a další. Droga uvolňuje spasmus hladkého svalstva, zvyšuje vylučování trávicích šťáv. Působí proti nadýmání, povzbuzuje peristaltiku zažívacího traktu, má sekretolytické a antiseptické účinky.
Heřmánek <i>Matricaria recutita</i>	Obsahuje silice, flavonoidy, kumariny, fenolické karboxylové kyseliny, slizy a cholin. Působí protizánětlivě, antisepticky, dezinfekčně, adstringentně, karminativně, spasmolyticky, zvyšuje pocení. Vykazuje i mírné antimikrobiální a sedativní účinky.
Máta <i>Mentha piperita</i>	Mezi hlavní obsahové látky patří kyselina rozmarýnová a flavonoidy, mentol a menthon. Droga vykazuje spasmolytické účinky v trávicím traktu, působí karminativně, desinfekčně, povzbuzuje tvorbu a vylučování žluče.
Meduňka <i>Melissa officinalis</i>	Hlavními účinnými látkami drogy jsou silice, třísloviny, flavonoidy, triterpeny a kumariny. Působí jako spasmolytikum zažívacího traktu a je zdrojem antioxidantů, má sedativní účinek, mírní příznaky anxiety a zlepšuje stav insomnie.
Pampeliška <i>Taraxacum officinale</i>	Droga obsahuje hořčiny, inulin, minerální látky, třísloviny, vitaminy, látky s fytoncidním účinkem a flavonoidy. Podporuje sekreci trávicí žlázy a povzbuzuje trávicí orgány. Příznivě ovlivňuje činnost jater a ledvin. Působí také na tvorbu žaludečních šťáv. Příznivě ovlivňuje metabolismus.
Pelyňek <i>Artemisia absinthium</i>	Droga obsahuje především silice, glykosidní hořčiny a fytoncidní látky. Působí lehce spasmolyticky, desinfekčně a cholereticky. Digestivní účinky jsou dány podporou vylučování žaludečních šťáv.
Řebříček <i>Achillea millefolium</i>	Droga obsahuje silice, sesquiterpeny, alkaloidy, guajazulen, aldehydy a alkamidy. Droga působí diaforeticky, adstringentně, hypotenzivně, diureticky a antimikrobiálně. Vykazuje protizánětlivý a hepatoprotektivní efekt.
Řepík <i>Agrimonia eupatoria</i>	Droga obsahuje především třísloviny, galotaniny, kyselinu ursolovou, kyselinu křemičitou, flavonoidy a silice. Droga působí adstringentně, protizánětlivě, antimikrobiálně, má slabý diuretický účinek. Zvyšuje tvorbu a vylučování žluče.
Šalvěj <i>Salvia officinalis</i>	Obsahuje silice, třísloviny, flavonoidy a hořčiny. Ovlivňuje stimulaci sekrece žaludeční šťávy, vykazuje antiseptický a virostatický účinek, pozitivně působí u průjemových onemocnění.
Zeměžluč <i>Centaurium umbellatu</i>	Obsahuje glykosidické hořčiny, mastné kyseliny, silice a flavonoidy. Povzbuzuje chuť k jídlu, ovlivňuje vylučování trávicích šťáv a trávení. Působí příznivě při onemocnění jater a žlučníku.

špatné trávení nebo dietní chybu, doporučíme choleretika hymeckromon a fenypentol při převaze žlučnickových obtíží s dietní chybou (7, 11).

Fytoterapie

Při poruchách trávení se používají hlavně siličné, hořčinné a tříslovinné drogy. Z nejběžších je to máta, meduňka, fenykl, řepík, šalvěj, heřmánek, pelyňek, zeměžluč, andělíka, a další. Na orgány zažívacího traktu příznivě působí hořčiny, které reflexně stimulují sekreci žaludeční šťávy a příznivě působí při dyspepsii a nechutenství. Siličné drogy mimo antiseptického účinku také příznivě působí na vegetativní nervový systém a zklidňují jej, tak se mohou odstranit průvodní jevy jeho podráždění manifestované v oblasti GIT. Třísloviny vytvářejí na sliznicích koagulační membránu, kterou se vysvětluje jednak lokálně protektivní účinek nálevů, kterým jsou chráněny postižené tkáně proti zevnímu podráždění a současně se snižuje i jejich sekrece, jednak

účinek antiflogistický, spočívající v zabránění vzniku zánětu, resp. jeho dalšímu rozšiřování (1, 11, 12) Tabulka č. 1, 2.

Účinek jednotlivé léčivé rostliny mnohdy nespĺňuje požadavky na léčbu komplexního stavu funkční dyspepsie, pro jsou na trhu i kombinované preparáty. Komplexní rostlinná fytofarmaka složená z více druhů drog, obsahují značný počet aktivních látek vhodných proto zvládnutí většího počtu nezávažných symptomů v oblasti GIT (3, 6).

Pokud pacient preferuje čajové směsi, můžeme doporučit podle převládajících potíží registrované čaje. Pro ovlivnění horní a biliární dyspepsie je k dispozici čajová směs s indikací – lehké gastrointestinální potíže, nechutenství, funkční poruchy žlučníku, působící proti nadýmání, uvolňuje křeče hladkého svalstva, podporuje vylučování žluče (Žaludeční čajová směs®). Čajová směs s indikací: stomachikum, digestivum, karminativum, mírné spasmolytikum, choleretikum, dyspeptické potíže s ne-

Tab. 2. Léčivé čaje

Název a složení	Indikace	Dávkování děti	Dávkování dospělí	Poznámka
Heřmánkový čaj® Matricariae flos	K symptomatické léčbě mírných zažívacích obtíží provázených nadýmáním a mírnými křečemi.	Děti od 6 do 12 let: 1–2 nálevové sáčky, 2–4x denně. Děti od 4 do 6 let: 1 nálevový sáček, 2–4x denně. Děti od 6 měsíců do 3 let zředěný nálev.	Dospívající, dospělí a starší lidé: 1–2 nálevové sáčky, 3–4x denně.	Potenciální ovlivnění CYP450 (u rizikových pacientů při dlouhodobém kontinuálním podávání)
Nálevový sáček dle dávkování se přelije 150 ml vroucí vody a nechá se 15 min. vyluhovat v přikryté nádobě. Nesmí se vařit. Nálev se připravuje 2–4x denně vždy čerstvý, bezprostředně před použitím				
Fenyklový čaj® Foeniculi dulcis fructus	Tradiční rostlinný léčivý přípravek užívaný při lehkých zažívacích obtížích provázených napětím v břiše, nadýmáním a plynatostí.	Děti 4–12 let: 2–3x denně; ke krátkodobému použití – 1 týden. Použití u dětí do 4 let je třeba zvážit a omezit na minimum.	Dospělí a dospívající od 12 let: 3x denně, délka užívání je max. 2 týdny.	Pozor na hypersenzitivitu na léčivou látku nebo na rostliny z čeledi <i>Apiaceae</i> – miřkovité.
1 nálevový sáček se přelije 0,25 l vroucí vody a nechá se 15 min vyluhovat v přikryté nádobě. Nálev se připravuje vždy čerstvý, bezprostředně před použitím.				
Mátový čaj® Menthae piperitaehera	Tradiční rostlinný léčivý přípravek užívaný při mírných trávicích obtížích, nechutenství, provázeném nadýmáním, pocitem plnosti a napětím v břiše.	Děti od 4 do 11 let: 2x denně. Mladiství od 12 do 16 let: 2–3x denně.	Dospělí: 3x denně	Máta může zesílit pálení žáhy u pacientů s gastroezofageálním refluxem.
1 nálevový sáček se přelije 0,25 l vroucí vody a nechá se 15 min. vyluhovat v přikryté nádobě. Nálev se připravuje vždy čerstvý, bezprostředně před použitím.				
Meduňkový čaj® Melissae herba	Tradiční rostlinný léčivý přípravek se užívá k léčbě mírných zažívacích obtíží, nadýmání, plynatosti a napětí v břiše. Dále k úlevě mírných příznaků psychického vypětí a při poruchách spánku.	Použití u dětí do 12 let se nedoporučuje, použití omezit na minimum.	Dospělí: 3x denně	V těhotenství a kojení pouze minimálně a krátkodobě. Meduňka má tlumivé účinky, nedoporučuje se řízení dopravních prostředků současně s užíváním.
1 nálevový sáček se přelije 0,25 l vroucí vody a nechá se 15 min. vyluhovat v přikryté nádobě. Pije se 3x denně. Nálev se připravuje vždy čerstvý, bezprostředně před použitím.				
Šalvějová nat® Salviae herba	Tradiční rostlinný léčivý přípravek užívaný při mírných trávicích potížích, pálení žáhy a nadýmání; omezuje nadměrné vyměšování potu.	Použití u dětí a dospívajících do 18 let se nedoporučuje.	Dospělí: 3x denně	Nesmí se používat v těhotenství a kojení. Šalvěj může ovlivnit metabolismus GABY - nedoporučuje se kombinace s benzodiazepiny. Nedoporučuje se řízení dopravních prostředků současně s užíváním.
1 čajová lžička šalvějové nati se přelije 0,25 l vroucí vody a nechá se 15 min vyluhovat v zakryté nádobě, pak se scedí. Čaj se pije teplý 3x denně. Nálev se nesmí vařit. Připravuje se vždy čerstvý, bezprostředně před použitím.				

dostatečnou žaludeční sekrecí a poruchou trávení, meteorismem, nechutenstvím se spasmu hladkého svalstva (Stomaran®), nebo s indikací choroby žlučníku a žlučových cest, s protikřečovým a proti nadýmavým účinkem (The Salvat®).

Dalším zástupcem složené čajové směsi je přípravek podporující vylučování žluči při přechodném nechutenství a mírných trávicích obtížích, provázených nadýmáním, pocitem plnosti a napětím v břiše (Žlučnicková čajová směs) (7, 13) Tabulka č. 3.

Hepatobiliární potíže včetně cholelithiázy, cholecystitis, biliární koliky, dyskinezie žlučovéhoodu, a zánětlivé biliární stavy ovlivňuje přípravek obsahující převážně silice a éterické oleje z máty, eukalyptu, pinie a kafrovníku (Rowachol®).

Složený přípravek obsahující barvíva kurkumy, silice máty peprné a eukalyptu, salicylát hořečnatý (Cholagol®) s choleretickým, cholekinetickým, antiflogistickým, dezinfekčním, spazmolytickým a mírně laxativním účinkem je indikován u pacientů s dyspeptickými potížemi při chronických hepatopatiích (11, 12, 13).

Složený přípravek s označením STW 5 (Iberogast®) obsahuje anděliku, iberku, vlašovičnick, mátu, meduňku, kmín, lékořici, ostropestřec a heřmánek. Účinek celého komplexu účinných látek se uplatňuje při multifaktoriálních gastroenteropatiích různého původu, jejichž příčinou bývá nejčastěji dysregulace motility střev. Je indikován pro poruchy zažívacího traktu, především poruchy funkce a motility žaludku a střev. V závislosti na výchozím pato-

logickém stavu působí buď tonizačně, nebo spasmolyticky. Na tenké střevo působí tonicky a spasmolyticky, u tlustého střeva byl prokázán efekt spasmolytický. Pokud jde o celé gastrointestinum, hodnotí se dosahovaný účinek jako prokinetický i spasmolytický. Dále zamezuje flatulenci a vykazuje antiflogistický účinek. Jeho účinnost byla prokázána jak u funkční dyspepsie, tak i syndromu dráždivého střeva (3, 6, 11). Polykompozitní fytofarmakum (Klosterfrau melisana koncentrát®) patří mezi tradiční rostlinné léčivé přípravky při lehkých psychovegetativních poruchách manifestovaných sníženou chutí k jídlu, s žaludečními a střevními obtížemi neurotického původu.

Mezi hepatoprotektiva řadíme ostropestřec mariánský (Flavobion®, Lagosa®, Silymarin AL®).

Tab. 3. Fytofarmaka – čajové směsi

Čajová směs Název a složení	Indikace	Dávkování děti a dospělí	Těhotenství kojení	Poznámka
Stomaran® andělíka puškvorec heřmánek řepík zeměžluč třezalka máta ostružiník fenykl	Stomachikum, digestivum, karminativum, mírné spasmolytikum, antiflogistikum, choleretikum.	Od 12 let 2–3x denně.	Bezpečnost užívání během těhotenství a kojení nebyla stanovena.	Třezalka je induktor cytochromu P 450 a P- glykoproteinu, vykazuje fotosenzibilizační reakce. Může potencovat efekt antidepresivně působících psychofarmak.
Žaludeční čajová směs® pelyněk máta řebříček třezalka libeček lékořice fenykl	Nechutenství, mírné trávicí obtíže, provázené nadýmáním, pocitem plnosti a napětím v břiše.	Od 12 let 3x denně. Pije se po jídle, Nepoužívat déle než 2 týdny.	Pelyněk a lékořice se nesmí používat v těhotenství a v době kojení.	Třezalka (viz výše). Lékořice může vyvolat hypokalemii. Pelyněk může nepříznivě ovlivnit schopnost řídit a obsluhovat stroje.
Žlučníková čajová směs® máta řepík jablečnick reveň	Přípravek podporující vylučování žluči při přechodném nechutenství a mírných trávicích obtížích, provázených nadýmáním, pocitem plnosti a napětím v břiše.	Od 12 let 3x denně. Nepoužívat déle než 2 týdny. Pije se po jídle.	Reveň se nedoporučuje používat v těhotenství a při kojení.	Reveň může vyvolat hypokalemii.
Thé salvat® Řepík jablečnick boldovník krušina heřmánek máta smetanka	Tradiční rostlinný léčivý přípravek používaný jako součást žlučníkové diety, Podporuje tvorbu a vylučování žluče, působí mírně projímavě, proti nadýmání, uvolňuje napětí v břiše, zmírňuje pocity plnosti.	Od 12 let 3x denně. Pije se půl hodiny před jídlem.	Nesmí se užívat v těhotenství a při kojení.	Krušina může vyvolat hypokalemii, může ovlivnit vstřebávání léků

Droga obsahuje flavonolignany – flavony, které jsou souborně označovány jako silymarin. Flavonolignany působí antihepatotoxicky – vážou se na membránu hepatocytů a zabráňují vniknutí toxických látek intracelulárně, působí též jako silné antioxidanty. Vykazuje i mírné účinky na sekreci žaludku a produkci žluči.

Využívá se jako profylaktikum a terapeutikum působení toxických metabolitů poškozujících játra, při poruchách činnosti jater, hepatitidách. Hepatoprotektivum při chronických degenerativních onemocněních jater jako je jaterní cirhóza a latentní hepatopatie (11–14).

Dolní dyspepsie

Při manifestaci dolní dyspepsie s pocity diskomfortu v břiše s poruchou ve vyprazdňování a kvalitě stolice (sklony k průjmům, nebo zácpě a jejich možné střídání), doporučíme laxativa a antidiarhoika podle převládajících symptomů (10).

Průjem

Průjmem označujeme příliš časté vyměšování nezvykle řídké stolice, nebo změnou

obvyklého způsobu vyprazdňování. Průjmová onemocnění jsou obvykle vyvolána některým z infekčních agens, neinfekční příčiny průjmu často zahrnují dietní chybu, nebo manifestace vedlejších účinků léků. Při průjmových onemocněních dochází k různě velké ztrátě tekutin a minerálů, je porušeno vstřebávání vody a dalších látek ze střeva zpět do krevního oběhu, v těžkých případech dochází i k poruše acidobazické rovnováhy.

Farmakoterapie

Volně prodejná léčiva používáme pro zmírnění subjektivních potíží. Současně s rehydratačními postupy můžeme používat adsorbentia – diosmektit a aktivní uhlí. Dalším terapeutickým postupem je podávání probiotik. Střevní dezinficiencia zastupuje kloroxin, Symptomaticky působící léčiva zastupuje racecadotril a loperamid (10, 15).

Fytoterapie

Doplňkovou možností terapie průjmu je fytoterapie. Využití léčivých čajů přináší i zajiš-

tění dostatečné hydratace. K dispozici máme léčivý čaj obsahující řepík. Řepík obsahuje třísloviny katechinového typu, které spolu s flavonoidy a malým množstvím silice působí pozitivně při nespecifických průjmových onemocněních, obsažené třísloviny a flavonoidy vykazují mírný choleretický účinek.

Polykompozitní čajová směs obsahující sedm bylin (borůvku, nátržník, toten, heřmánek, šalvěj, mátu a lékořici) disponuje především tříslovinami jako hlavním nositelem protiprůjmového účinku, s lokálně protektivním a antiflogistickým účinkem na sliznicích. Třísloviny vytvářejí na sliznicích koagulační membránu, ovlivňují tkáňovou sekreci a zachycující mikroby. Dále obsažené flavonoidy se silicemi vykazují spasmolytické a antiseptické účinky (11–13) Tabulka 4.

Zácpa

Zácpa je definována jako málo časté, obtížné vyprazdňování stolice s individuálním vnímáním. Pravidelná stolice je ovlivněna životním stylem, příčiny zácpy jsou různorodé.

Tab. 4. Fytofarmaka u průjmových onemocněních

Název a složení	Indikace	Dávkování děti	Dávkování dospělí	Těhotenství kojení	Poznámka
Řepíkový čaj® řepík	Pomocný prostředek při lehkých nespecifických průjmových onemocněních.		Od 12 let 2–3x denně.	Bezpečnost v těhotenství a při kojení nebyla stanovena.	
Čajová směs : Tormentan® borůvka nátržník toten šalvěj máta lékořice			Od 12 let 3x denně. Pije se po jídle, nepřislažovat.	Vzhledem k obsahu šalvěje a lékořice se čaj nesmí užívat u těhotných a kojících žen.	Nátržník může zpomalit absorpci současně podávaných léků. Přípravek užívat jednu hodinu před nebo po podání jiných léčivých přípravků.

Dávkování a způsob podání čaje, čajové směsi, nebo nálevového sáčku:

1 polévková lžice, nebo nálevový sáček čajové směsi se přelije šálkem (1/4 l) vařící vody a po 15 minutách vyluhování v přikryté nádobě se scedí. Čaj se nesmí vařit. Pije se teplý, neslazený, po jídle. Přípravuje se vždy čerstvý, bezprostředně před použitím.

Tab. 5. Fytofarmaka ovlivňující zácpu

Název a složení	Indikace	Dávkování děti	Dávkování dospělí	Těhotenství kojení	Poznámka
Čaj z listu Senny® List Senny® Sennový list® senna	Krátkodobá léčba funkční zácpy.		Od 12 let 2–3x denně. Přípravek je určen pouze ke krátkodobému užívání, po dobu nejdéle jednoho až dvou týdnů.	Nedoporučuje se užívat.	Může vyvolat hypersenzitivní reakce, dlouhodobé podávání může způsobit hypokalemii.
Čajová směs : Projímavá čajová směs® senna máta fenykl lékořice řebříček	Krátkodobá léčba funkční zácpy. Přípravek má mírné protizánětlivé a karminativní účinky.		Od 12 let 2–3x denně. Přípravek je určen pouze ke krátkodobému užívání, po dobu nejdéle jednoho až dvou týdnů.	Nedoporučuje se užívat.	Může vyvolat hypersenzitivní reakce, dlouhodobé podávání může způsobit hypokalemii.

Dávkování a způsob podání čaje, čajové směsi, nebo nálevového sáčku:

1 polévková lžice, nebo nálevový sáček čajové směsi se přelije šálkem (1/4 l) vařící vody a po 15 minutách vyluhování v přikryté nádobě se scedí. Čaj se nesmí vařit. Pije se teplý, neslazený, po jídle. Přípravuje se vždy čerstvý, bezprostředně před použitím.

rodé, kromě funkční poruchy motility, může být zácpa vyvolána mechanickou překážkou, útlumem defekačního reflexu, nebo se může manifestovat jako nežádoucí účinek léků (9, 16, 19).

Léčba

Součástí léčby je vždy vyladění režimových opatření zahrnující hlavně pitný režim, racionální stravu a pohyb.

Farmakoterapie

Podávání laxativ je indikováno hlavně u náhle vzniklé zácpy. Jde o symptomatickou léčbu, která by neměla být podávána dlouhodobě. Při chronické zácpě je třeba postupovat opatrně vzhledem k možným nežádoucím účinkům a možnosti přehlédnutí základního závažného onemocnění.

Objemová laxativa reprezentuje využití vlákniny získané z osetení jitrocele vejčitého – Psyllium. Látky obsažené v této léčivé rostlině mají výraznou schopnost bobtnat za přítom-

nosti vody, a tak zvětšovat svůj objem. Droga působí příznivě na regulaci střevní činnosti jak u zácpy, tak i u průjmových onemocnění.

Osmotická laxativa zahrnují laktulózu a glycerol. Kontaktní laxativa jsou látky přímo působící na střevní stěnu (stimulační laxativa) s moturným laxativním účinkem. Syntetická laxativa zastupuje bisakodyl a pikosulfát (9, 11, 13, 19).

Fytoterapie

Mezi používaná přírodní kontaktní laxativa patří senna, hlavní účinnou látkou jsou senosidy, které se vlivem působení mikroflóry rozkládají na účinné látky, které stimulují motilitu tlustého střeva. Zároveň také zvyšují vylučování hlenu a elektrolytů, což se projevuje zvýšeným vylučováním tekutin. Senna je dostupná ve formě čajů, nebo kostek a jako součást složených fytofarmak využívaných při symptomatické terapii zácpy. Má se používat pouze krátkodobě maximálně týden. Při dlouhodobém používání hrozí destrukce nervové pleteně ve stěně stře-

va, atrofie hladké svaloviny a iontový rozvrat, následkem čehož může být těžké poškození funkce tlustého střeva (11,12) Tabulka 5.

Závěr

Fytoterapie byla a je důležitou součástí léčby lehkých gastrointestinálních obtíží. V terapii využíváme registrované tradiční rostlinné léčivé přípravky, nebo fytofarmaka registrované na základě klinických studií.

Mezi časté důvody pro návštěvu lékaře, nebo lékárny patří dyspeptické obtíže. Jedná se o heterogenní skupinu symptomů lokalizovaných do oblasti břicha a vylučování, nezávažné symptomy řeší řada pacientů formou samoléčby. V současné době máme k dispozici celou řadu volně prodejných léků a registrovaných fytofarmak pro zvládnutí vesměs akutních nezávažných trávicích obtíží. Samoléčba má být krátkodobá, a pokud nevede k úpravě potíží, nebo se potíže náhle zhorší, je nutné kontaktovat lékaře.

LITERATURA

1. Kelber O, Bauer R, Kubelka W. Phytotherapy in Functional Gastrointestinal Disorders. *Dig Dis* 2017; 35(suppl 1): 36–42.
2. Talley NJ. Functional Dyspepsia: Advances in Diagnosis and Therapy. *Gut Liver*. 2017; 11(3): 349–357.
3. Rösch W, et al., Phytotherapy for functional dyspepsia: A review of the clinical evidence for the herbal preparation STW 5. *Phytomedicine*, 2006; 13: 114–121.
4. Ehrmann J. Funkční dyspepsie, *Klin FarmakolFarm* 2009; 23(1): 35–41.
5. Dvořáková P. Funkční gastrointestinální poruchy. Co nového přináší Římská klasifikace IV? *Medicína po promoci* 01/2018 59–61.
6. Madisch A, et al., The Diagnosis and Treatment of Functional Dyspepsia. *Deutsches Arzteblatt international*, 2018. 115(13): 222–232.
7. Kotolová H. Nezávažné trávicí potíže a možnosti samoléčení, *Prakt. Lékáren*. 2019; 15(1): 46–53
8. Konečný M, Ehrmann J. Léčba funkční dyspepsie *Prakt. Lékáren*. 2013; 9(2): 68–70.
9. Dítě P. a kol. *Farmakoterapie v gastroenterologii*, Praha: Galén 2011: 262s.
10. Kotolová H. Trávicí potíže, *Doporučený postup, Česká lékařnická komora* 2005.
11. MW-AISLP pro Windows. Verze 4.2019.
12. *Fytoexpert - databáze*- 1. 10. 2014.
13. SUKL- databáze léků, prosinec. 2019 <http://www.sukl.cz/modules/medication/search.php>
14. *Compendium – Léčiva používaná v podmínkách ČR*, Panax Co, s. r. o. 2018.
15. Bortlík M. Dolní dyspeptický syndrom- doporučení pro praxi, *Interní Med*. 2011; 13(12): 487–489.
16. Lukáš K. a kol. *Funkční poruchy trávicího traktu*, Grada 2003.
17. Guarino A, et al. European Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition/European Society for Pediatric Infectious Diseases evidence-based guidelines for the management of acute gastroenteritis in children in Europe: update 2014. *Journal of pediatric gastroenterology and nutrition* 59.1 (2014): 132–152.
18. Průjmová onemocnění vyvolaná infekčním agens a jejich léčba. *Farmakoterapeutické informace*. 4/2011.
19. Kotolová H. Zácpa, *Doporučený postup, Česká lékařnická komora* 2005.