Poproszę syrop na kaszel!

**„Poproszę syrop na kaszel” – nie ma dnia, bym nie usłyszała tego zdania w aptece. I choć temat kaszlu, wcale nie jest taki łatwy, jak mogłoby się wydawać, to postaram się wyjaśnić, o co chodzi z tym kaszlem i dlaczego w aptekach jest aż tyle leków na kaszel.**

Na początek warto wyjaśnić, czym w ogóle jest kaszel, żeby zrozumieć istotę działania leków stosowanych w kaszlu. Otóż kaszel jest naturalnym odruchem obronnym organizmu, który pozwala na oczyszczanie dróg oddechowych z nadmiaru wydzieliny lub ciała obcego. Od razu nasuwa się wniosek, że nie zawsze dobrym wyjściem jest hamowanie kaszlu. Kaszel jest bowiem odruchem jak najbardziej pożądanym. Z drugiej strony, pod względem epidemiologicznym, kaszel ułatwia transmisję, czyli jest czynnikiem, który powoduje, że choroba „się roznosi”.

Przyczyny kaszlu

Kaszel często kojarzymy z przeziębieniem i rzeczywiście jest to jedna z najczęstszych przyczyn kaszlu. Warto wiedzieć, że wszystkich przyczyn kaszlu jest ponad 60, dlatego też i leków stosowanych w kaszlu jest całe mnóstwo. Kaszel może być związany m.in. z refluksem, infekcją dróg oddechowych (gównie wirusową, ale też bakteryjną i rzadziej grzybiczą), podrażnionym gardłem, alergią, astmą oskrzelową, paleniem papierosów (również biernym), zanieczyszczonym lub suchym powietrzem, a także chorobami układu krążenia. Często mamy do czynienia z tzw. **kaszlem spływowym**, który spowodowany jest ściekaniem wydzieliny z nosa i zatok po tylnej ścianie gardła. Ciekawostką jest też fakt, że kaszel może być objawem niepożądanym stosowania niektórych leków na nadciśnienie.

|  |
| --- |
| Czy wiesz, że… |
| … kaszel może być objawem niepożądanym niektórych leków na nadciśnienie? |

Kaszel suchy czy mokry?

Pytanie to często wprawia w zakłopotanie pacjenta, bo nierzadko trudno określić, jaki dokucza nam rodzaj kaszlu. W podręcznikach znajdziemy definicję kaszlu mokrego jako produktywnego, z odkrztuszaniem wydzieliny. W kaszlu suchym, natomiast, tej wydzieliny nie obserwujemy. W praktyce coraz rzadziej odchodzi się od tego podziału.

Kaszel „szczekający”

Tzw. **kaszel szczekający**, przypominający szczekanie psa, jest charakterystyczny dla podgłośniowego zapalenia krtani. Warto wiedzieć, że może mu towarzyszyć także duszność i świszczący oddech. Taki rodzaj kaszlu wymaga konsultacji z lekarzem w celu dobrania odpowiedniego leczenia. Z uwagi na duszność, podgłośniowego zapalenia krtani nie można bagatelizować.

Leki stosowane w kaszlu

Przechodzimy zatem do meritum. Jak wspomniałam wcześniej, leków stosowanych w kaszlu jest naprawdę sporo. Warto je znać i wiedzieć jak i kiedy prawidłowo przyjmować.

Wszystkim znane są **leki wykrztuśne**. Mają one za zadanie rozrzedzić zalegającą w drogach oddechowych wydzielinę i ułatwić jej odkrztuszanie. Tego typu leki stosujemy tylko w ciągu dnia, a ich przyjęcie na noc może zakłócić spokojny sen. Stosując leki wykrztuśne należy pamiętać o odpowiedniej ilości przyjmowanych płynów – dobre nawodnienie organizmu jest bardzo ważne.

|  |
| --- |
| Czy wiesz, że… |
| … leków wykrztuśnych nie można stosować na noc? |

**Leki przeciwkaszlowe**, inaczej hamujące kaszel, jak sama nazwa wskazuje, blokują odruch kaszlu. Mogą być stosowane na noc przy każdym rodzaju kaszlu, a w ciągu dnia tylko w przypadku kaszlu uporczywego, suchego i męczącego, który powoduje np. ból lub znaczny dyskomfort. Ich zastosowanie, kiedy w drogach oddechowych zalega wydzielina, może pogorszyć stan pacjenta – zalegającą wydzielinę chcemy przecież usunąć. Warto wiedzieć, że w skład niektórych dostępnych bez recepty preparatów „na grypę i przeziębienie” wchodzą właśnie substancje hamujące kaszel – nie można ich zatem stosować, kiedy objawom przeziębienia towarzyszy kaszel z odkrztuszaniem wydzieliny. Leków przeciwkaszlowych nie powinni też stosować astmatycy.

**Leki łagodzące, nawilżające i powlekające** (m.in. z porostem islandzkim, prawoślazem i na bazie glicerolu) sprawdzą się bardzo dobrze w męczącym i suchym kaszlu. Nawilżą drogi oddechowe i złagodzą podrażnione gardło.

Pojawiło się w ostatnim czasie w aptekach sporo wartych polecenia syropów na bazie **miodu**. Miód wykazuje udowodnioną klinicznie skuteczność w leczeniu kaszlu, a ponadto ma właściwości odżywcze, które mogą przyczynić się do szybszego powrotu do zdrowia.

|  |
| --- |
| Czy wiesz, że… |
| … miód ma potwierdzoną badaniami naukowymi skuteczność w leczeniu kaszlu? |

Jeśli mamy do czynienia z kaszlem spływowym, to właściwym działaniem będzie **toaleta nosa** i leczenie kataru.

W niektórych przypadkach konieczne jest zastosowanie leków wziewnych, które działają miejscowo w drogach oddechowych. Są to np. **leki rozszerzające drogi oddechowe** i działające przeciwzapalnie **glikokortykosteroidy** (sterydy). Leki te można przyjmować w nebulizacji lub za pomocą małego inhalatora. Jeśli lekarz zapisał lek w postaci gotowego inhalatora, bardzo ważne jest, aby w sposób prawidłowy wykonać inhalację. Na rynku dostępnych jest wiele różnych typów inhalatorów, a sposób ich obsługi może się różnić. Farmaceuta w aptece wydając lek powinien to wyjaśnić pacjentowi.

Kaszel, choć wydaje się taki niewinny, może być objawem, który wymaga pilnej konsultacji lekarskiej. Należy skonsultować się z lekarzem m.in. wtedy, kiedy kaszel prowadzi do wymiotów lub omdlenia, towarzyszy mu krwioplucie, bardzo wysoka gorączka, duszność lub kiedy stan pacjenta pogarsza się.