

## Artur Rumpel Grypa

W powszechnej opinii społecznej grypa jest po prostu poważniejszym przypadkiem przeziębienia. Jest to opinia całkowicie błędna. W rzeczywistości są to zupełnie odrębne i odmienne jednostki chorobowe. Oczywiście, obydwie choroby są wirusowe, ale przecież na przykład ospa również jest chorobą wirusową, a nikt jej ani z przeziębieniem, ani z grypą nie myli. Dlatego na wstępie warto omówić objawy grypy, zwłaszcza te, które różnicują ją od przeziębienia.

### Objawy i etiologia grypy

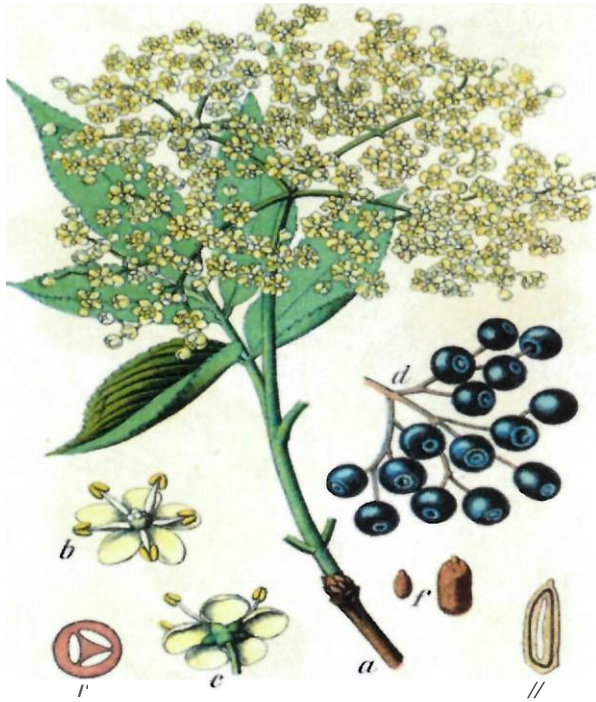
Mylenie przeziębienia i grypy bierze się głównie z tego, że objawy obydwu chorób, zwłaszcza po kilku dniach od zachorowania mogą wyglądać podobnie: gorączka, niekiedy wysoka, bóle różnych organów, zwłaszcza głowy, ogólne osłabienie, niekiedy katar, kaszel i ból głowy. Całkowicie odmienne są jednak początkowe objawy obydwu chorób. W przeziębieniu najpierw pojawia się kaszel, katar, lub ból gardła, którym zazwyczaj towarzyszy stan podgorączkowy. Temperatura często narasta w miarę postępów choroby. W grypie natomiast nie ma narastania objawów – pojawiają się one skokowo. Wysoka gorączka, najczęściej przewyższająca 39 stopni Celsjusza pojawia się jako jeden z pierwszych objawów, zawsze w pierwszym dniu choroby. Poprzedzają ją zazwyczaj jedynie bóle mięśniowe, określane nieraz jako łamanie w kościach. Katar, kaszel i ból gardła, o ile w ogóle występują, bo często grypa przebiega bez nich, pojawiają się dopiero w kolejnych dniach choroby.

O ile niepowikłane przeziębienie jest zazwyczaj chorobą łagodną i groźne są jedynie powikłania, dlatego najważniejszym celem terapii jest ich uniknięcie, o tyle grypa jest chorobą dosyć poważną, a w ekstremalnych przypadkach śmiertelną. Grypę wywołuje wirus grypy, zaliczany do ortomyksowirusów. Wyróżniamy trzy grupy wirusów grypy: A, B, C, z których ta ostatnia wywołuje tylko łagodne infekcje i nie wywołuje epidemii. Wirusy grypy, zwłaszcza z grupy A, wykazują silną zmienność. Zakażenie następuje przede wszystkim drogą kropelkową.

Wirus grypy (de.wikipedia.org)

### Objawowe leczenie grypy

Po pierwsze, podobnie jak w przypadku przeziębienia i innych chorób wirusowych, należy stanowczo podkreślić, że grypy nie wolno leczyć antybiotykami, które nie działają na wirusy, a mogą zaburzyć funkcjonowanie organizmu człowieka i doprowadzić do znacznego pogorszenia stanu ogólnego. Leczenie grypy jest przede wszystkim objawowe i zbliżone do leczenia przeziębienia. Bóle i gorączkę w przeziębieniu zwalczamy **paracetamolem**, **ibuprofenem**, kwasem acetylosalicylowym, pyralginą, rzadziej naproksenem; kaszel suchy dekstrometozanem (Tussidex, Acodin), kodeiną (Thiocodin) lub śluzami roślinnymi (Sirupus Althae); kaszel mokry roślinnymi środkami wykrztuśnymi (Sir. Thymi, Sir. Plantaginis), bromheksyną (Flegamina) lub ambroksolem (Flavamed, Mucosolvan). Łagodzące katar krople, żele i aerozole do nosa (Otrivin, Xylorin, Oxalin) należy stosować jedynie w zaostrzeniach objawów i nie dłużej niż pięć dni pod rząd. Można stosować także tabletki przeciw katarowi (Sudafed, Cirrus, Acatar Acti-Tabs).



E hter Holunder, *Sambucus\ls nigra*.

Bez czarny (wikimedia.org)

### **Przyczynowe leczenie grypy**

W cięższych przypadkach należy rozważyć przyczynowe leczenie grypy, to jest terapię przeciwwirusową. Stosuje się przede wszystkim inhibitory neuraminidazy : oseltamiwir (Tamiflu) i zanamiwir (Relenza) zatrzymujące namnażani e wirusa[ i skuteczne przeciwko typom wirusa A i B.Z kolei inhibitory M2: amantadyna i rymantadyna blokują kanał jonowy (białko M2) zapobiegajączainfekowaniu komórek przez wirusy. Bywają skuteczne przeciwko grypie typu A, o ile zostanąpodane wcześniej, nie działają wirusa typu B. Leczenie, aby było skuteczne należy rozpocząć w czasie pierwszych 24-30 godzin od początku choroby. Wszystkie powyższe leki są dostępnejedynie na receptę lekarską.

W ostatnich latach mówi się sporo o działaniu preparatów bzu czarnego (*Sambucus nigra*) przeciw wirusom grypy.Mają one skracać czas trwania choroby. Są dostępne bez recepty

### **Zapobieganie grypie**

Wobec ograniczonych możliwości leczenia, ważne je st zapobieganie grypie. Można je podzielić na specyficzne i niespecyficzne. Specyficznym zapobieganiem grypie jest stosowanie szczepień.

Wobec dużej mutagenności wirusa grypy, nie da się opracować stałej i trwale skutecznej szczepionki. Dlatego trzeba się szczepić co roku, za każdym razem nową szczepionką,

opracowana specjalnie na dany sezon. Szczepienie jest zalecane szczególnie dla osób dla których przebieg grypy mogło by być zagrożeniem życia.

Niespecyficzne zapobieganie grypie polega na podnoszeniu odporności organizmu poprzez przyjmowanie środków immunostymulujących, takich jak połączenia witaminy c z rutyna, selenem i cynkiem, preparaty jeżówki, aronii, aloesu, trany z dorsza i rekina. Preparaty takie trzeba przyjmować przez cały sezon zimowy, aby osiągnąć optymalny efekt.

Piśmiennictwo:

1. *Farmacja praktyczna*; praca zbiorowa pod redakcją Renaty Jachowicz; Warszawa 2007
2. Leonidas Samochowiec; *Kompendium ziołolecznictwa*; Wrocław 2002
3. Halina Strzelecka, Józef Kowalski (red.); *Encyklopedia ziołarstwa i ziołolecznictwa*; Warszawa 2000
4. [pharmindex.pl](http://pharmindex.pl)