

Leczenie bólu gardła

Treatment of sore throat

dr n. farm. Anna Nowicka-Zuchowska

Katedra i Zakład Technologii Leków, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

Słowa kluczowe: ból gardła, chrypka, leki przeciwbólowe, leki znieczulające, leki odkażające, zioła.

Keywords: sore throat, hoarseness, painkillers, anesthetics, disinfectants, herbs.

Abstract: A sore throat is a painful, dry, or scratchy feeling in the throat. Pain in the throat is one of the most common symptoms. Most sore throats are caused by viruses or mechanical causes (such as mouth breathing). Viruses cause about 85 percent of sore throats. Sore throat symptoms include pain, burning, or scratching sensations at the back of the throat, pain when swallowing, and tenderness in the neck.

Various over-the-counter (OTC) medications can help soothe a sore throat. Sore throat treatments may contain either pain relievers, anesthetic agents, antibacterials, natural ingredients with soothing properties or to boost the immune system, or a combination of these agents. Lozenges for sore throats contain various different types of ingredients (such as anti-inflammatories, anesthetics, antiseptics) which act directly where your throat is sore, and also help stimulate the flow of saliva, keeping your throat moist. Sprays and gargles are also available.

Wprowadzenie

Ból gardła jest wczesnym objawem przeziębienia, jednak może być symptomem innych chorób, np. anginy, grypy czy odry oraz mononukleozy zakaźnej. Może też być objawem chorób nerek, próchnicy czy zapalenia dziąseł [1].

Gardło jest wspólnym odcinkiem dróg oddechowych oraz przewodu pokarmowego. To pierwsze miejsce kontaktu organizmu z wirusami, bakteriami czy innymi substancjami zawartymi w spożywanych produktach oraz wdychanym powietrzu. Nieustanna ekspozycja błony śluzowej gardła na czynniki zewnętrzne powoduje występowanie stanów zapalnych oraz bólu gardła. Oprócz bólu pojawia się swędzenie i drapanie oraz uczucie suchości. Kolejnymi objawami są obrzęk i zaczerwienienie śluzówki. Ból gardła może uniemożliwiać jedzenie, picie, przełykanie śliny, a nawet mówienie.

Przyczyny bólu gardła

Główną przyczyną bólu gardła jest stan zapalny błony śluzowej. Wywołują go w 85% przypadków wirusy, np. grypy, koronawirusy, adenowirusy czy wiele innych. Wirusy te kolonizują śluzówkę gardła i jamy ustnej oraz migdałki. Infekcja rozprzestrzenia się drogą kropelkową oraz przez bezpośredni kontakt z chorą osobą. Najbardziej narażone są dzieci i osoby starsze oraz z osłabioną odpornością [2]. Rzadziej ból gardła jest objawem infekcji bakteryjnej czy grzybiczej.

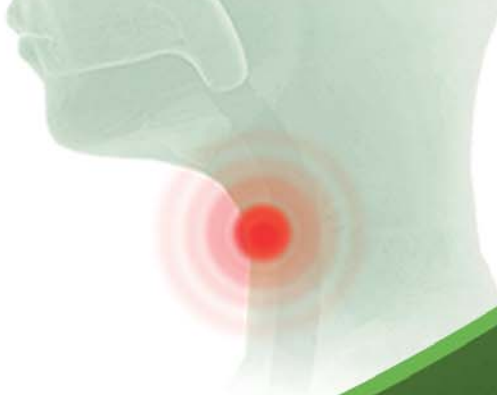
Innymi przyczynami bólu gardła mogą być:

- **Zanieczyszczenia powietrza** – czynniki drażniące, obecne w powietrzu, które mogą podrażniać błonę śluzową gardła. Dym papierosowy oraz chemiczne substancje również wywołują przewlekłe stany zapalne gardła.
- **Oddychanie przez usta** – spowodowane jest niedrożnością nosa, może powodować wysuszenie błony śluzowej gardła oraz jego ból.

UNIBEN[®]

Benzydaminii hydrochloridum

SZYBKO TRAFIA W BÓL GARDŁA



SKUTECZNY



PRZYJEMNY, SŁODKI,
MIĘTOWY SMAK



PRECYZYJNIE TRAFIA W OGNISKO
ZAPALNE (DŁUGI APLIKATOR)



MOŻE BYĆ STOSOWANY
W KAŻDYM WIEKU, TAKŻE U DZIECI

www.uniben.pl

TUNIA

Wskazania do stosowania: Leczenie miejscowych objawów związanych z ostrym stanem zapalnym jamy ustnej i gardła. **Przeciwwskazania:** Nadwrażliwość na benzydaminii chlorowodorek lub którąkolwiek substancję pomocniczą produktu. **Nazwa produktu leczniczego:** Uniben, 1,5 mg/ml, aeroszol do stosowania w jamie ustnej. **Dawka:** chlorowodorek benzydaminii 1,5 mg/ml. **Postać farmaceutyczna:** Aeroszol do stosowania w jamie ustnej. **Substancja czynna:** chlorowodorek benzydaminii (Benzydaminii hydrochloridum). **Podmiot odpowiedzialny:** Zakłady Farmaceutyczne „UNIA” Spółdzielnia Pracy, ul. Chłodna 56/60, 00-872 Warszawa.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

- **Nadmierne napięcie mięśniowe** – napięcie mięśni gardła w trakcie długotrwałego mówienia lub krzyku może skutkować bólem gardła i podrażnieniem oraz chrypką.
- **Refluks żołądkowo-przełykowy** – związany z obecnością kwaśnej treści żołądka oraz kwasu żołądkowego w przełyku. Poza bólem gardła innymi objawami są chryпка, uczucie guza w gardle oraz zgaga.
- **Zmiany nowotworowe** w gardle, na języku lub w krtani.
- **Zakażenie wirusem HIV** – osoba cierpiąca na AIDS może chorować na nawracające bóle gardła spowodowane wtórną infekcją wirusową lub grzybiczą.

Objawy bólu gardła

Objawy bólu gardła wywołanego infekcją wirusową oraz bakteryjną są bardzo podobne. W początkowej fazie zakażenia choroby odczuwają drapanie w gardle, zwłaszcza po przebudzeniu. Ból może mieć różny charakter oraz nasilenie. Następnie pojawiają się problemy z przełykaniem i podrażnienie śluzówki z bólem, który promieniuje aż do uszu. Tym objawom może towarzyszyć chryпка oraz problemy z mówieniem [3]. Podrażniona błona śluzowa jest zaczerwieniona i rozpulchniona. Ponadto chory jest osłabiony, pojawiają się bóle mięśni i głowy oraz męczący kaszel, katar, gorączka (tab. 1).

Tabela 1. Ból gardła – czynniki, objawy i leczenie

Czynnik etiologiczny	Objawy	Leczenie
Wirusy (najczęściej adenowirusy, koronawirusy, wirus grypy, rhinowirusy) 85% przypadków	ból nasilający się podczas połykania, pieczenie, drapanie i kłucie w gardle, zaczerwieniona oraz przekrwiona błona śluzowa, powiększenie migdałków i szyjnych węzłów chłonnych, wysoka temperatura, złe samopoczucie, katar, kaszel, bóle mięśni i stawów	objawowe
Bakterie (najczęściej ropotwórcze paciorkowce oraz gronkowce) 15% przypadków	cięższy przebieg, wysoka gorączka 39-40°C, powiększone węzły chłonne i migdałki, ropne naloty na migdałkach, ponadto bóle głowy, brzucha, wymioty, biegunka; często choroba rozprzestrzenia się na dolne drogi oddechowe (krtań, tchawica, oskrzela i płuca); może prowadzić do groźnych powikłań (choroby serca, nerek, stawów)	objawowe i antybiotykoterapia
Grzyby (<i>Candida albicans</i>) rzadko	czynnikiem sprzyjającym jest intensywne antybiotykoterapia i obniżenie odporności; niepokojącym objawem pozwalającym na podejrzenie zakażenia grzybiczego jest poranny kaszel z galaretowatą wydzieliną o nieprzyjemnym zapachu	odpowiednia higiena jamy ustnej, stosowanie preparatów przeciwgrzybiczych (np. w formie płukanek doustnych), leki o działaniu odkażającym i grzybobójczym

Leczenie bólu gardła

Leczenie bólu gardła wywołanego infekcją wirusową jest wyłącznie objawowe. Polega na stosowaniu preparatów przeciwgorączkowych, hamujących katar oraz łagodzących kaszel i ból gardła. W aptekach dostępne są leki OTC w postaci tabletek i pastylek do ssania, aerozoli oraz syropów, a ich działanie pobudza wydzielanie śliny, która nawilża podrażnione gardło i działa łagodząco. Pacjentom zaleca się pozostanie w domu oraz odpoczynek. Należy również unikać czynników, które mogą powodować dodatkowe podrażnienia błony śluzowej.

Biorąc pod uwagę składniki aktywne preparatów na ból gardła możemy je podzielić na kilka grup:

- **Preparaty o działaniu przeciwzapalnym oraz przeciwbólowym** – występują w postaci aerozoli oraz tabletek do ssania. Są zalecane w przypadku zacerwienionego gardła, które jest spowodowane rozwijającym się stanem zapalnym. W ich skład wchodzi niesteroidowe leki przeciwzapalne (NLPZ): salicylan choline, flurbiprofen, diklofenak (w formie płukanek). Popularnym składnikiem tabletek do ssania oraz aerozoli z grupy NLPZ jest benzydamina. Podawana miejscowo, nie dociera do przewodu pokarmowego, dzięki temu nie wywołuje typowych działań niepożądanych, charakterystycznych dla tej grupy leków. Charakteryzuje się dużym profilem bezpieczeństwa, może być bezpiecznie stosowana przez kobiety w ciąży, karmiące oraz małe dzieci [4]. Ponadto benzydamina działa znieczulająco i odkażająco wobec szczepów patogennych bakterii oraz grzybów.
- **Preparaty o działaniu miejscowo znieczulającym** – w postaci aerozolu, tabletek oraz pastylek do ssania. Zawierają lidokainę lub benzokainę, które pomagają uśmierzać ból. Jednak ze względu na krótki czas działania, należy je podawać dosyć często (co 3 godziny).

- **Preparaty o działaniu odkażającym – tabletki do ssania oraz aerozole.** W ich składzie można znaleźć alkohol dichlorobenzylowy, amylometakrezol, chlorchinaldol, oktenidynę, chlorowodorek chlorheksydyny, chlorek benzalkoniowy, chlorek benzoksoniowy, chlorek cetylopirydyniowy. Są to substancje o działaniu przeciwbakteryjnym oraz przeciwgrzybiczym. Zaleca się je również w leczeniu nawracających pleśniawek i innych stanów zapalnych w jamie ustnej, wywołanych przez drobnoustroje chorobotwórcze.

- **Preparaty ziołowe o działaniu osłaniającym** – zawierają wyciągi z porostu islandzkiego, babki lancetowatej, prawoślazu, podbiału czy aloesu. Dzięki zawartości śluzów chronią oraz koją podrażnioną błonę śluzową gardła.

- **Preparaty ziołowe o działaniu przeciwzapalnym i bakteriobójczym** – zawarte są w nich: mangostan, propolis, miód, goździki, wyciąg z szalwii czy eukaliptusa; wykazują aktywność antyseptyczną, przeciwbakteryjną oraz przeciwgrzybiczą. Łagodzą stan zapalny i ból gardła.

Zioła stosowane w leczeniu bólu gardła

Aby złagodzić ból oraz stan zapalny błony śluzowej gardła warto zastosować zioła, w formie mieszanek do płukania gardła, tabletek i pastylek do ssania oraz sprayów do gardła. Popularnymi składnikami ziołowych preparatów łagodzących ból gardła są: szalwia, tymianek, rumianek, babka lancetowata czy płucnica islandzka [4]. Podobnie jak w przypadku składników syntetycznych, możemy je podzielić na:

- **Zioła o działaniu przeciwbakteryjnym** – są to kora dębu, tymianek, czosnek. W przypadku stanów zapalnych gardła napary z kory dębu, dzięki wysokiej zawartości garbników oraz polifenoli, działają ściągająco, przeciwbakteryjnie (również wobec szczepów gronkowców) oraz wirusostatycznie. Olejki eteryczne (głównie tymol), flawonoidy, garbniki i fenolokwasy obecne w tymianku działają prze-

ciwzupalnie oraz przeciwbakteryjnie. Dodatkowo osłaniają błony śluzowe gardła. Płukanki z tymianku nawilżają i łagodzą ból i stan zapalny gardła.

- **Zioła o działaniu powlekającym** – do tych ziół należy siemię lniane, prawoślaz, podbiał, śláz dziki oraz babka lancetowata. Te surowce roślinne bogate w śluzę pokrywają błonę śluzową gardła oraz chronią ją przed działaniem drażniących czynników. Łagodzą również stan zapalny i hamują odruch męczącego kaszlu suchego. Podbiał lekarski oraz babka lancetowata wykazują również działanie przeciwzapalne.

- **Zioła o działaniu przeciwzapalnym** – najczęściej stosowane są rumianek oraz szalwia. Napar z koszyczków rumianku dzięki dużej zawartości śluzów działa powlekająco. Związki czynne zawarte są również w oleju eterycznym. Duża zawartość olejków eterycznych (chamazulen), flawonoidów, garbników oraz kumaryn wykazuje działanie przeciwbakteryjne oraz przeciwzapalne. Ponadto rumianek rozkurcza mięśnie gładkie oraz przyspiesza gojenie się ran. Z kolei szalwia, bogata w olejki eteryczne, flawonoidy, witaminy oraz minerały łagodzi dolegliwości bólowe. W formie płukanki działa przeciwzapalnie, przeciwbakteryjnie oraz przeciwgrzybiczo w stanach zapalnych gardła, krtani, dziąseł oraz migdałków.

- **Zioła o działaniu nawilżającym** – porost islandzki, tymianek i podbiał. Głównym składnikiem czynnym wyciągu z płucnicy islandzkiej są kwasy porostowe, które działają osłaniająco i łagodząco na podrażnienia. Mogą być stosowane długotrwale. Są również skuteczne w leczeniu chrypki.

Zioła na ból gardła dla dzieci i kobiet w ciąży

W przypadku dzieci można stosować prawie wszystkie zioła, które są zalecane dla dorosłych. Wyjątkiem jest podbiał, ze względu na śladowe ilości alkaloidów pirolizydyno-

wych. Z kolei olejek miętowy nie jest polecany dla dzieci poniżej 4. r.ż., ponieważ może wywołać bezdech z zamknięciem głośni [5]. Dla starszych dzieci można polecić preparaty w formie lizaków, które dzięki zawartości wyciągów z porostu islandzkiego, prawoślazu oraz szalwii działają powlekająco i łagodzą podrażnienia gardła.

Kobiety w ciąży mogą stosować szalwię w formie płukanek lub sięgnąć po tabletki do ssania wzbogacone w propolis, maliny, dziką różę oraz witaminę C.

Nanosrebro i nanozłoto w leczeniu infekcji gardła

Nanocząsteczki srebra i złota znajdują się w wielu preparatach farmaceutycznych, które zaleca się w leczeniu infekcji dróg oddechowych, a także przewodu pokarmowego oraz dróg moczowo-płciowych. Wykazują one silne działanie wiruso- oraz bakteriobójcze. Są skuteczne wobec szczepów Gram-dodatnich paciorkowców i gronkowców odpowiedzialnych za infekcje dróg oddechowych, zapalenie gardła czy anginę [6].

Nanosrebro jest również skuteczne wobec *Helicobacter pylori*.

Mechanizm działania nanocząsteczek srebra i złota polega na zaburzeniu funkcjonowania białek bakteryjnych oraz metabolizmu. Hamują one akumulację fosforanu i blokują wymianę jonową bakterii ze środowiskiem zewnętrznym. Powoduje to utratę kluczowych dla bakterii metabolitów: mannitolu, proliny i glutaminy oraz bursztynianu.

Działanie przeciwbakteryjne nanosrebra jest wzmacniane wyciągami roślinnymi, które działają ochronnie, powlekają błonę śluzową i hamują rozprzestrzenianie się patogenów (np. wyciąg z porostu islandzkiego). Takie preparaty wykazują aktywność przeciwdrobnoustrojową oraz przeciwzapalną i immunostymulującą. Łagodzą stany zapalne gardła i są bezpieczne również dla dzieci i kobiet w ciąży.

Podsumowanie

Ból gardła jest zespołem dolegliwości w obrębie błony śluzowej jamy ustnej, podniebienia, migdałków oraz krtani. Towarzyszy mu uczucie drapania, pieczenia oraz trudności w mówieniu czy przełykaniu śliny. Większość przypadków jest wywołana infekcjami o etiologii wirusowej.

Leczenie bólu gardła o etiologii wirusowej jest objawowe, polega na łagodzeniu i zmniejszeniu stanu zapalnego oraz ograniczaniu rozprzestrzeniania się patogenów. W aptekach dostępne są preparaty zawierające substancje syntetyczne oraz ziołowe. Działają one: przeciwbólowo, przeciwzapalnie, antyseptycznie, przeciwdrobnoustrojowo oraz miejscowo znieczulająco. Preparaty ziołowe, bogate w związki słu-zowe, powlekają, nawilżają i łagodzą podrażnioną śluzówkę gardła. Nanocząsteczki srebra oraz złota wykazują silne działanie przeciwbakteryjne wobec szczepów paciorkowców i gron-

kowców, które są odpowiedzialne za infekcje górnych dróg oddechowych.

© P

Piśmiennictwo:

1. Kalicki B, et al. Ból gardła – kiedy leczenie objawowe jest wystarczające. *Pediatrya i Medycyna Rodzinna*. 2012; 8.2: 107-110.
2. Worrall GJ. Acute sore throat. *Canadian Family Physician*. 2007; 53.11:1961.
3. Pelucchi C, et al. Guideline for the management of acute sore throat. *Clinical Microbiology and Infection*. 2012; 18: 1-28.
4. Nowak G, Nawrot J. Surowce roślinne i związki naturalne stosowane w chorobach układu oddechowego. *Herba Polonica*. 2009; 55.4.
5. Jeżewska E, et al. Stany zapalne błony śluzowej nosa i gardła u dzieci i dorosłych –strategia leczenia. *Przew. Lek.* 2006; 2: 12-25.
6. Bugla-Płoskońska G, Leszkiewicz A. Biologiczna aktywność srebra i jego zastosowanie w medycynie. *Kosmos, Problemy Nauk Biologicznych*. 2007(t. 56); 1-2: 274-275.

dr n. farm. Anna Nowicka-Zuchowska
nowicka.farmacja@gmail.com
Nadesłano: 28-02-2020

Na GARDŁO i CHRYPKĘ

SPRAY DO GARDŁA



Wytwórca:
Przedsiębiorstwo
Farmaceutyczne
„PROLAB” Sp. z o.o.
Patefek, Przemysłowa 3
89-100 Nakło nad Notecią

1
OD
ROKU
ZYCIA

→ likwiduje podrażnienia
związane z chrypką

→ łagodzi ból,
zaczernienia
i obrzęk

→ nawilża i łagodzi
stany zapalne jamy
ustnej i gardła