

Poznaj trzy przypadki pacjentów z objawami przeziębienia i grypy i dowiedz się jak możesz im pomóc!

Jesień to nie tylko czas grzybobrania ale również czas wzmożonej zachorowalności na grypę i przeziębień. Szybkie tempo życia, zanieczyszczenie powietrza, zimna i sucha pogoda oraz przebywanie w zamkniętych pomieszczeniach obniżają naszą odporność. Stajemy się bardziej podatni na przeziębienia wywoływane głównie przez rynowirusy, koronawirusy sezonowe, wirusy RSV, adenowirusy [1]. Szczególnie niebezpieczna bywa grypa wywoływana przez wirusy grypy typu A i B (najgroźniejsze: H1N1, H3N2), które cechują się szybką zmiennością i łatwością mutacji [2]. Na szczęście współczesna medycyna zna skuteczne rozwiązania.

Jak odróżnić przeziębienie od grypy? 8 najczęstszych objawów

Objaw	Grypa	Przeziębienie
1. Gorączka	Wysoka (38–40°C), nagły początek, częsta	Rzadka lub niska (<38°C)
2. Kaszel	Częsty, suchy, męczący	Umiarkowany, wilgotny lub brak
3. Ból gardła	Czasem	Często pierwszy objaw
4. Katar / zatłoczony nos	Rzadziej, łagodny	Bardzo częsty, intensywny
5. Bóle mięśni	Bardzo częste i silne	Rzadkie lub łagodne
6. Bóle głowy	Częste i silne	Rzadko lub umiarkowane
7. Zmęczenie / osłabienie	Częste, silne, może trwać długo	Umiarkowane, krótkotrwałe
8. Początek objawów	Nagły, często w ciągu kilku godzin	Stopniowy rozwój w 1–2 dni

Objawy grypy są zazwyczaj silniejsze, pojawiają się gwałtownie i powodują wyraźne osłabienie organizmu, które może trwać nawet kilka tygodni. Objawy przeziębienia są łagodniejsze, rozwijają się powoli i zwykle nie uniemożliwiają codziennego funkcjonowania. Obie choroby są zakaźne, ale grypa częściej prowadzi do powikłań, zwłaszcza u osób starszych, dzieci i osób z chorobami przewlekłymi i wielolekowością [1]. Dlatego tak ważna jest szybka reakcja, która złagodzi objawy i umożliwi powrót do normalnego funkcjonowania.

Przypadek 1

Twoim pacjentem jest Bartek – komandos z pobliskiej jednostki wojskowej, który ostatnie dwa dni spędził na dużej wysokości w niskiej temperaturze. Ma 29 lat, nie choruje na choroby przewlekłe, zgłasza alergię na roztocza kurzu, która nasila się jesienią. Uskarża się na zatłoczony nos, bóle zatok i głowy, które wywołują depryzację snu. W efekcie Bartek jest bardzo zmęczony. Nie ma gorączki. Bardzo zależy mu na szybkim powrocie do formy z powodu zobowiązań zawodowych i dużej odpowiedzialności za kolegów z zespołu. Potrzebuje leku, który zadziała szybko, znieśli wszystkie te objawy i nie wpływa na koncentrację.

Osoby z alergią są bardziej podatne na infekcje wirusowe górnych dróg oddechowych. Przewlekły stan zapalny błony śluzowej nosa w alergii może sprzyjać kolonizacji wirusów. W przypadku pana Bartka przeziębienie może nasilać objawy alergii a alergię może maskować przeziębienie z powodu braku

gorączki. W praktyce klinicznej rozpoznanie obu stanów jednocześnie wymaga dokładnego wywiadu i często testów alergicznych lub szybkich testów wirusowych [3].

Rekomendacją dla pana Bartka może być preparat **Theraflu Zatoki**. Lek ten występuje w postaci proszku do sporządzania roztworu doustnego w opakowaniach po 10 i 14 saszetek. Jest to lek złożony – pan Bartek nie musi pamiętać o stosowaniu kilku różnych preparatów. **Theraflu Zatoki** zawiera paracetamol w dawce 650 mg i fenylefrynę w dawce 10 mg. Paracetamol zadziała przeciwbólowo i w razie potrzeby przeciwgorączkowo. Fenylefryna zmniejszy obrzęk błon śluzowych nosa, co pomoże uporać się z bólem zatok i niedrożnością nosa bez potrzeby dodatkowych składników. Jedna saszetka co 4-6 godzin wystarczy żeby Bartek w krótkim czasie poczuł się dużo lepiej [4].

Przypadek 2

Tym razem Twoim pacjentem jest Ola (14 lat). Od dwóch dni skarży się na uporczywy katar, kichanie, drapanie w gardle, brak apetytu, ma stan podgorączkowy, szybko się męczy, czuje się słaba. Ola przygotowuje się do egzaminu na zakończenie szkoły podstawowej i martwi się, że będzie miała zaległości w nauce. Ma problem z przełykaniem tabletek. Nie toleruje też aerozoli donosowych.

Twoją rekomendacją dla Oli może być **Theraflu ExtraGRIP**. Występuje w postaci proszku do sporządzania roztworu doustnego w opakowaniach po 10 i 14 saszetek o przyjemnym cytrynowym smaku. Ola nie jest skazana na tabletki, kapsułki i aerozole, których nie akceptuje. **Theraflu ExtraGRIP** może być stosowany u dzieci powyżej 12 r. ż w schemacie 1 saszetka co 4-6 godzin, jednak nie więcej niż 4 saszetki na dobę. Paracetamol w dawce 650 mg zadziała przeciwgorączkowo. Fenylefryna przez aktywację receptorów α_1 zmniejszy obrzęk błony śluzowej nosa i gardła. Feniramina dzięki działaniu na receptory H1 złagodzi takie objawy jak katar i kichanie. Nie trzeba przestrzegać konkretnych godzin stosowania leku i można przyjmować go niezależnie od posiłków [5].

Przypadek 3

Tego samego dnia zgłasza się do Ciebie pan Piotr (48 lat). Ma gorączkę, która narasta nawet do 39°C. Skarży się na bóle mięśni, bóle głowy, dreszcze, zatkaany nos i zmęczenie. Jeszcze dzisiaj rano czuł się dobrze i nie miał objawów infekcji. Pan Piotr jest uczulony na sierść zwierząt domowych. Obecnie opiekuje się kotem sąsiada pod jego nieobecność. Nie toleruje także kwasu acetylosalicylowego. Przebywa na zwolnieniu lekarskim, nie jest w stanie skupić się na pracy.

Dobrym wyborem w przypadku pana Piotra może być **Theraflu MAX GRIP**. Paracetamol w wyższej niż poprzednio dawce, bo aż 1000 mg, skutecznie obniży temperaturę ciała i zadziała przeciwbólowo. **Theraflu MAX GRIP** zawiera też fenylefrynę, która obkurczy naczynia krwionośne i pomoże panu Piotrowi uporać się z zatkaanym nosem. Dodatkowo zawiera kwas askorbinowy, którego niedobory mogą wystąpić w pierwszych dniach przeziębienia i grypy [6].

mgr farm. Agata Sozańska

Bibliografia:

1. Eccles, R. (2005). Understanding the symptoms of the common cold and influenza. The Lancet Infectious Diseases, 5(11), 718–725.

2. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). (2023). Seasonal influenza: Factsheet for health professionals. Retrieved from
3. Bousquet J, Khaltaev N, Cruz A A, Denburg J, Fokkens W J, Togias A, et al. Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) 2008 update [w:] Allergy. 2008;63 (Suppl. 86):8-160.
4. Charakterystyka produktu leczniczego Theraflu Zatoki
5. Charakterystyka produktu leczniczego Theraflu ExtraGRIP
6. Charakterystyka produktu leczniczego Theraflu Max Grip