



Bolesť hrdla a vykašliavanie

častý problém nasledujúceho obdobia

Bolesť hrdla patrí k najčastejším symptómom ochorení horných dýchacích ciest, ktoré sú bežnou príčinou chorobnosti a tým aj návštev u všeobecného lekára. Predstavujú až 50 % všetkých prípadov pracovnej neschopnosti. Bolesť hrdla je obťažujúci a nepríjemný symptóm, typicky sprevádzajúci gingivitídy, stomatitídy, tonzilitídy, faryngitídy, laryngitídy, epiglottitídy, vyskytuje sa aj pri rinitídach a sinusitídach. Vo väčšine prípadov sú spôsobené vírusovou etiológiou, oveľa zriedkavejšie baktériami.

Najčastejšie príčiny bolesti hrdla a kašľa

1. Vírusové infekcie

• Z vírusov bývajú príčinou vírusy influenzy, parainfluenzy, rinovírusy, enterovírusy, adenovírusy, ale aj Epstein-Barrov alebo cytomegalovírus. Z bakteriálnych pôvodcov sú to najčastejšie *Streptococcus pyogenes* a beta-hemolytické streptokoky sk. C a G. Často uvádzané *Haemophilus influenzae*, *Streptococcus pneumoniae*, *Neisseria meningitidis* a *Staphylococcus aureus* nebývajú pôvodcami akútnej faryngitídy, ich masívna prítomnosť však môže zhoršovať klinické príznaky faryngitídy pri primárnej vírusovej etiológii infekcie. Mykotická infekcia *Candida* spp. postihuje imunokompromitovaných pacientov, najmä s ťažkou neutropéniou, vzácne môže prebiehať až pod obrazom invazívnej orofaryngeálnej kandidózy. Stále treba mať na pamäti aj COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) – infekciu koronavírusom označeným ako SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus type 2*). Je to vysoko kontagiózne, akútne respiračné ochorenie šíriace sa hlavne kvapôčkovou infekciou.

2. Bakteriálne infekcie

• Streptokoková angína je klasickým príkladom, keď je bolesť hrdla veľmi výrazná, pacient má vysokú teplotu, často zväčšené a bolestivé lymfatické uzliny. Kašeľ nebýva dominantný, skôr sa objavuje pri šírení infekcie do dolných dýchacích ciest. Pri podozrení na bakteriálnu infekciu treba nasmerovať pacienta do ambulancie všeobecného lekára, aby včas nasadil správnu terapiu antibiotikami.

3. Alergické reakcie

• Alergická rinitída a faryngitída sa prejavujú dráždivým kašľom, pocitom suchosti v hrdle a šteklením. Často sa objavuje vodnatý výtok z nosa, kýchanie a začervenanie očí. V tomto prípade nebýva prítomná horúčka.

4. Refluxná choroba pažeráka (GERD)

• U nemalej časti pacientov je bolesť alebo škrabanie v hrdle podmienené návratom žalúdočnej kyseliny do pažeráka a hltana. Typický je suchý kašeľ.

5. Dráždivé faktory prostredia

• Cigaretový dym, suchý alebo prašný vzduch, klimatizácia či chemické výpary spôsobujú podráždenie sliznice hltana a následne dráždivý kašeľ. Tento typ ťažkostí je chronický a zlepšuje sa po odstránení škodlivého faktora.

• U geriatrických pacientov (tzn. vo veku 65 a viac rokov) je častá suchosť slizníc.

• **Bolesť hrdla a vykašliavanie** patria medzi najčastejšie dôvody, pre ktoré pacienti navštevujú ambulanciu všeobecného lekára, alebo otorinolaryngológa. Niekedy ide o banálny vírusový zápal, inokedy sa však za relatívne nevinnými príznakmi skrývajú závažné ochorenia. Pacient často nevie rozlíšiť tieto stavy, a preto je úlohou lekára na základe skúseností, vyšetrenia a dostupných testov určiť pôvod problému a navrhnúť správny postup liečby. Akútne infekcie horných dýchacích ciest patria zároveň k najčastejším ochoreniam, pri ktorých pacient navštívi lekárničku ako prvého, keď hľadá voľnopredajné prípravky priamo v lekárni. Pod odborným dohľadom lekárničky tak môže využiť samoliečbu s asistenciou farmaceuta,

a to s maximálnou účinnosťou a bezpečnosťou, pričom je zohľadnený aj vek pacienta, prípadne iné pridružené ochorenia.

- Najčastejšie sú infekcie horných dýchacích ciest, ktoré nezaťahujú dlhotrvajúcu imunitu, a preto možno v priebehu sezóny prekonať aj niekoľko epizód danej infekcie. Z celkového počtu infekcií horných dýchacích ciest je 90 – 95 % vyvolaných práve vírusmi, to znamená, že **len malé percento pacientov by malo byť liečených antibiotickou liečbou**. Jedným z užitočných vyšetrení je **vyšetrenie CRP** (C- reaktívneho proteínu), ktoré sa používa na identifikáciu baktériového zápalu, alebo infekcie v tele. CRP vzniká v pečeni vplyvom reakcie imunitného systému na baktériovú infekciu a na autoimunitné či reumatické typy zápalu. S významnou zmenou hladiny CRP v sére sa stretávame u pacienta skôr, ako dôjde k zvýšeniu hodnoty sedimentácie erytrocytov. Normálna koncentrácia CRP v sére zdravého človeka je nižšia ako 5 – 10 mg/l. Vzostup CRP nastáva viac pri bakteriálnych infekciách a pri infekciách dolných dýchacích ciest. Koncentrácia CRP závisí od dĺžky trvania choroby.

Diagnostika v ambulancii

- » **Anamnéza:** dĺžka a charakter ťažkostí; sprievodné znaky – horúčka, bolesť hlavy, bolesť na hrudníku, únava, celková slabosť; charakter kašľa (suchý, vlhký, nočný).
- » **Fyzikálne vyšetrenie:** pohľad do hrdla (prítomnosť povlakov, začervenanie, zväčšené mandle), palpačné vyšetrenie lymfatických uzlín, poslušnosť pľúc.
- » **Laboratórne testy:** CRP test, výter z hrdla, výter z nosa, prípadne kultivácia spŕa.
- » **Zobrazovacie metódy:** pulzoxymetria, RTG hrudníka, ultrazvuk krčných uzlín či vyšetrenie nosových dutín.

Možnosti liečby

(Liečba sa odvíja od príčiny a závažnosti ochorenia)

1. Symptomatická liečba vírusových infekcií

- » **Dostatočný odpočinok, zvýšený príjem tekutín.**
- » **Zvlhčovanie vzduchu a kloktadlá** (napr. roztok soli, bylinné odvary zo šalvie, harmančeka).
- » **Lokálne protizápalové lieky** pôsobia proti bolesti a zápalu (napr. diklofenak, benzydaminium-chlorid).
- » **Lokálne anestetiká** pôsobia len proti bolesti (napr. lidokaín, benzokaín).
- » **Lokálne antiseptiká** eliminujú patógeny (napr. cetylpyridín, chlórhexidín).
- » **Lokálne imunomodulátory** podporujú imunitu (napr. extrakty z kolostra, nukleotidy, probiotiká).

2. Liečba kašľa

- » **Pri suchom kašli** – látky tlmiace reflex kašľa (napr. butamirát, levodropropizín). Podávajú sa len krátkodobo, aby pacient získal úľavu a mohol odpočívať.
- » **Pri vlhkom kašli** – látky uľahčujúce vykašliavanie hlienu a znižujúce jeho viskozitu (napr. erdoesteín, acetylcysteín.). Tieto prípravky podporujú očistu dýchacích ciest.

3. Liečba bakteriálnych infekcií

- » **Antibiotiká** sú indikované len v prípade preukázanej alebo vysoko pravdepodobnej bakteriálnej infekcie. Pri streptokokovej angíne sú nevyhnutné, pretože neliečená infekcia môže viesť k závažným komplikáciám (reumatická horúčka, poškodenie srdca či obličiek).



4. Podporná liečba

- » **Vitamíny** – najmä vitamínoterapia C a D.
- » **Teplé čaje, vývary a dostatočný spánok** urýchľujú rekonvalescenciu.
- » **Včasná imunomodulačná liečba** – stopové prvky – zinok, biologicky aktívne polysacharidy (β -glukány), fytofarmaká (extrakty z Echinacey, Pellargonium sidoides) a iné kombinované prípravky ktoré využívajú synergický efekt.
- » **Infekcie hrdla, nosovej dutiny alebo stredoušia** – topické prípravky na slizničné použitie (vybrané zmesi probiotík pre orálne alebo nazálne podanie, extrakty z kolostra, prípravky s obsahom nukleotidov, či lyzozýmu).
- » **Pravidelná hygiena nosovej dutiny** – izotonické solné roztoky vhodné aj na dlhodobé použitie.

Prevenca je často účinnejšia ako samotná liečba

- » **Zvýšená hygiena** (pravidelné umývanie rúk a vyhýbanie sa kontaktu s chorými minimalizuje riziko prenosu infekcie, používanie antiinfekčných prostriedkov, zakrývanie si úst pri kýchaní a kašľaní, použitie tvárového rúška).
- » **Posilňovanie imunity** – pestrá strava s dostatkem zeleniny, ovocia, pravidelný pohyb na čerstvom vzduchu, otužovanie.
- » **Obmedzenie fajčenia** a pobytu v zadymenom prostredí.
- » **Udržiavanie dostatočnej vlhkosti vzduchu** v domácnosti, najmä v zimných mesiacoch.
- » **Každoročné očkovanie proti chrípke** – optimálne pred začiatkom sezóny.

Kedy by mal pacient navštíviť lekára?

- » ak bolesť hrdla a kašeľ trvajú dlhšie ako 7 – 10 dní bez zlepšenia,
- » ak sa objaví vysoká horúčka nad 38,5 °C, dýchavičnosť alebo výrazná slabosť,



- » ak je v hliene prítomná krv alebo ak sa objaví hnisavý, zápachajúci hlien,
- » ak má pacient opakované bolesti hrdla alebo časté zápaly mandlí,
- » pri bolestivom zväčšení lymfatických uzlín alebo pri problémoch s prehĺtaním tuhých jedál.

Záver

- Aj keď bolesť hrdla a kašeľ na prvý pohľad pôsobia ako neškodné príznaky, často samovoľne ustupujúce po niekoľkých dňoch, ich význam nemožno podceňovať. Zber dôkladnej anamnézy a realizácia dostupných vyšetrení sú kľúčové pre identifikáciu potenciálne závažných infekčných stavov.

spracovala: **MUDr. Annamária Cajchanová**
všeobecná a psychosomatická lekárka
www.psychosomatika-ambulancia.sk

Zdroje:

- (1) Rozborilová, E.: Diferenciálna diagnostika a liečba kašľa v ambulancii všeobecného lekára. Via practica, 2012, 9(1): 6–9.
- (2) Jeseňák, M., Mináriková, D.: Akútne infekcie horných dýchacích ciest a ich manažment. Prakt. lekár., 2020, 10(3): 63–70.
- (3) Chovanová V. Diferenciálna diagnostika kašľa, mukolytiká a expektoranciá. Via pract., 2005, 2(1): 34–36.
- (4) Miškovská, M.: Liečba bolesti hrdla v ambulancii detského lekára. Medicus news, 2022, 4(3): 50–54.
- (5) Gazdíkova, Katarína. Všeobecné lekárstvo, Bratislava: Solen, 2021. ISBN 978-80-89858-23-1

ADVERTORIÁL

TANTUM VERDE®
benzydaminium-chlorid

**ÚČINNÉ LIEČI
BOLEŠŤ A ZÁPÁL
V HRDLE A ÚSTNEJ DUTINE¹**

SPC Tantum Verde
Spray Forte

Angelini Pharma
Angelini Pharma Slovenská republika s.r.o.
Einsteinova 3817/19, 851 01 Bratislava, www.angelinipharma.sk

Výdaj lieku nie je viazaný na lekársky predpis. Prosím, preštudujte si úplné znenie súhrnu charakteristických vlastností lieku.
Literatúra: 1. Aktuálne SPC Tantum Verde Spray Forte.

28 612 TANTUM VERDE... Inzercia... H2 2025 Datum aktualizácie: September 2025.