

Разгар сезона кашля



Для каждого времени года характерны свои особенности. Сезон холодов сопровождается «музыкой» кашля. Люди инстинктивно стараются держаться подальше от кашляющего человека, так как никому не хочется оказаться на его месте. Больной не только страдает от мучительных приступов кашля, но и невольно подвергается остракизму, превращаясь в изгоя общества. Чем помочь в таком случае?

САМЫЕ ОТВРАТИТЕЛЬНЫЕ ЗВУКИ

Кашель вошел в число самых неприятных звуков в мире, и это неслучайно. Кашляющий человек непроизвольно вызывает негативные эмоции у окружающих, которые инстинктивно стараются отстраниться от потенциального источника инфекций. Кроме того, этот симптом ассоциируется с рядом опасных заболеваний, в частности с туберкулезом.

Кашель нередко возникает в самой неподходящей ситуации и может нарушить привычный образ жизни, помешать важной встрече или сорвать выступление. Зачастую он делает человека нежелательным объектом внимания во всеобщей тишине или в торжественной обстановке

при большом скоплении народа. Кашель способен привести к социальной изоляции больного, усугубив тем самым и без того неприятную ситуацию.

ПО ВОЗДУШНЫМ ПУТЯМ

Кашель возникает при раздражении рецепторов ротоглотки, трахеи, гортани и бронхов инородными частицами, жидкостями, в том числе секретами (пыль, частицы пищи, мокрота, кровь и т.д.). В момент кашля происходит непроизвольный короткий и сильный выдох, за которым следует последовательное рефлекторное сокращение мускулатуры гортани, бронхов и брюшной стенки, в результате чего вызывающее дискомфорт содержимое «выталкивается» наружу. Чувствительность

кашлевых рецепторов повышается за счет воздействия респираторных вирусов и при смене температуры вдыхаемого воздуха. Проходя через полость носа, воздух должен увлажняться до 95%, согреваться до 37 °С и очищаться от пыли. Из носовой полости он попадает в носоглотку, а затем — в ротовую и гортанную полости глотки. При попадании на слизистую верхних дыхательных путей болезнетворных микроорганизмов и развитии воспаления появляются характерные признаки последнего (отек, покраснение, повышение температуры, нарушение функции). Кашель — широко распространенный респираторный симптом воспаления слизистой оболочки глотки (фарингит), гортани (ларингит) или бронхов (бронхит).



ОСТРЫЙ ИЛИ ХРОНИЧЕСКИЙ

Различают острый (до 3 недель), подострый (3–8 недель) и хронический (более 8 недель) кашель. Причиной развития острого кашля обычно являются инфекции верхних дыхательных путей, но он также может быть обусловлен неинфекционными причинами (бронхиальная астма и аллергии, тромбоэмболия легочной артерии, сердечная недостаточность и др.). Хронический кашель развивается на фоне различных хронических заболеваний легких и дыхательных путей, желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой и нервной систем и др. Нередко он связан с приемом лекарств. Как уже было отмечено выше, непосредственной причиной развития кашля является раздражение кашлевых рецепторов, связанное с разнообразными состояниями, как инфекционной, так и неинфекционной природы.

РАЗНЫЕ ПРИЧИНЫ ОДИНАКОВОГО СИМПТОМА

При раздражении рецепторов пищевода зачастую возникает рефлюксный кашель. Человек может закашляться при смехе, пении или разговоре, а также при эвакуа-

ции из желудка воздуха, попавшего туда во время еды. Острая, кислая или слишком сухая пища (специи, цитрусовые, шоколад, алкоголь, сухой хлеб и т.д.) раздражает слизистую оболочку глотки, пищевода и желудка, что может вызвать рефлюкс и кашель. Кашель может усиливаться вечером при укладывании в постель, что связано с принятием горизонтального положения, облегчающего рефлюкс, и утром после подъема с постели, когда из желудка эвакуируется воздух, скопившийся за ночь.

НЕ КАШЛЯТЬ!

Широкая распространенность кашля порождает проблемы для пациентов и окружающих их людей. В связи с этим существует острая потребность в фармакологических препаратах с высокой противокашлевой эффективностью и минимальными побочными эффектами. Терапия кашля в первую очередь состоит в устранении его причины, то есть лечения заболевания, вызвавшего кашель. Помимо этого, существует неспецифическое лечение кашля, которое заключается либо в подавлении кашлевого рефлекса с помощью противокашлевых препаратов при чрезмерном изнуряющем кашле, либо в стимуляции мукоцилиарного клиренса для лучшего откашливания мокроты и уменьшения воспаления дыхательных путей. Вещества, подавляющие кашлевой рефлекс, уменьшают кашель независимо от этиологии заболевания, но не влияют на причину его развития. Чем только не пытались лечить кашель. К примеру, недавно обнаружилось, что этим целям может послужить содержащийся в шоколаде теобромин. Правда, на сегодняшний день существует не слишком много данных, подтверждающих «шоколадную» теорию, но эффективность препаратов растительного происхождения в симптоматическом лечении кашля известна давно.

ПРОТИВОКАШЛЕВЫЕ РАСТЕНИЯ

Лекарственные свойства солодки (*Glycyrrhiza glabra*) были известны еще в Древнем Китае, Египте, Ассирии, Шумере и Тибете. Корни этого растения входят в состав препаратов, рекомендуемых при заболеваниях верхних дыхательных путей как отхарки-

вающее, смягчительное и противовоспалительное средство. Корень солодки голой содержит глицирризин и пенообразующие вещества (сапонины), которые способствуют повышению секреторной функции эпителия дыхательных путей, изменению поверхностно-активных свойств легочного сурфактанта. Кроме того, этот экстракт стимулирует движение ресничек эпителия, разжижает мокроту и облегчает ее отхождение, оказывая отхаркивающее и спазмолитическое действие. Из экзотических противокашлевых растений следует упомянуть эмблику лекарственную (*Emblia officinalis*), которая используется в аюрведической медицине. Она является природным источником витаминов С, В₁ и В₂, а также оказывает противовоспалительное и жаропонижающее действие. Классическое растительное средство для лечения кашля — мята (*Mentha piperita*). Она дает умеренный спазмолитический эффект, обладает местноанестезирующими свойствами и используется для облегчения симптомов бронхита, синусита, фарингита и ларингита. Ментол, содержащийся в этом растении, стимулирует холодовые рецепторы кожи и слизистых оболочек. Из восьми природных изомеров ментола особенно активен левоментол. Однако следует помнить, что изготовление растительных экстрактов требует высокого уровня технических средств и методов. При малейшей неточности они могут причинить больше вреда, чем пользы. В этой связи пациентам следует рекомендовать не растительные ингредиенты, а готовые лекарственные препараты на растительной основе.

ФОРМА ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

Препараты для лечения симптомов кашля представлены большим разнообразием лекарственных форм: таблетки, сиропы, мази, леденцы, пастилки и пр. Для успешного лечения, кроме эффективности лекарственного вещества, немаловажное значение имеет его форма. Кашель может «напасть» в любое время в самом неподходящем месте. Для приема сиропа нужна ложечка, а таблетки необходимо запивать водой. И то и другое не всегда есть под рукой, а кашель ждать не будет. В этом случае существенное преимущество имеют леденцы и пастилки. Для их употребления не требуются никакие дополнительные средства. Их всегда можно носить при себе в кармане или в сумочке и быстро достать при необходимости. Кроме того, благодаря вспомогательным веществам пастилки и леденцы обладают приятным вкусом, а процесс рассасывания продлевает лечебный эффект. Кашель отступит под натиском удобного и вкусного лекарственного средства!

Оптимальный выбор для лечения симптомов кашля — комбинированные средства на растительной основе. При этом удобство является немаловажным фактором успешного лечения. Для человека, страдающего от приступов кашля, противокашлевые пастилки должны стать обязательным содержимым карманов и сумочек, чтобы в нужное время всегда быть под рукой

