

Foto: JURAJ ROŠČÁK

**Timea: RSV vírus ju skoro udusil. Sviatky strávila v nemocnici na kyslíku.**



Foto: MICHAL SMRČOK

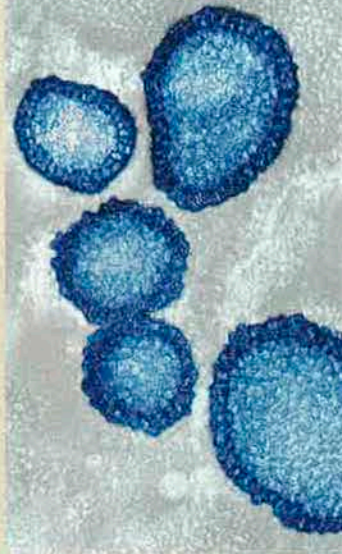
**V lekárňach:** Kúpíte v nich aj viac ako sto preparátov na posilnenie imunity.

## Prasacia chrípka

Foto: profimedia.sk

**V**írus prasacej chrípky A(H1N1) je kombináciou vírusu prasacej, vtáčej a ľudskej chrípky. Choroba sa prejavuje rovnako ako bežná chrípka, časťou súčasťou je zápal pľúc, prípady sa môžu končiť aj úmrtím pacientov. Inkubačná lehota je od jedného do piatich dní. Odborníci odporúčajú časté umývanie rúk, dodržiavanie hygienických pravidiel a vyhýbanie sa preplneným miestnostiam. Odolnosť proti chladu podporí každodenné otužovanie, pomáha aj dostatok športu a podpora imunity fytofarmakami alebo probiotikami.

V čase pandémie prasacej chrípky v rokoch 2009 až 2010 umrelo vo svete 18 500 pacientov, ktorým laboratória oficiálne potvrdili prasaciu chrípku.



**Vírus chrípky:** Chráňte sa pred ním dôkladným umývaním rúk.

# Chrípka útočí

Prasací vírus je veľkým strašiakom, ale ťažké komplikácie môžu spôsobiť aj ostatné kmene

**V**irusy začínajú skutočne zúriť. Prvý pacient na Slovensku, ktorý počas chrípkovej sezóny 2012 - 2013 dostal prasaciu chrípku, je už v poriadku. Priebeh jeho choroby bol podľa našich informácií ľahký. Úrad verejného zdravotníctva očakáva ďalšie prípady, pretože v Českej republike a v Poľsku pribúda pacientov s prasacou chrípkou, niektorí dokonca bojujú o život. Panikou v médiách si vyslúžila povest' strašiaka, no pacientov ohrozuje v tomto období aj rôzne iné vírusy. S posilňovaním imunity by sme to však nemali preháňať.

**Chorý národ:** Asi neexistuje rodina, kde by počas vianočných a novoročných sviatkov nebol chorý aspoň jeden člen. Boľavé hrdlo, plné dutiny, vysoké

horúčky a po niekoľkých dňoch návrat choroby s ťažkým priebehom, taký darček dostali pod stromček desaťtisíce Slovákov. Počas posledného obdobia prišlo s akútnymi respiračnými chorobami za lekármi každý týždeň takmer dvadsať až tridsaťtisíc ľudí. Dve percentá z nich mali vážne komplikácie, zápal pľúc, ucha alebo dutín. Ďalšie desaťtisíce sa liečili doma. Najviac chorých bolo v Nitrianskom kraji, najmenej v Bratislavskom. Vírusy tento rok mimoriadne agresívne zaútočili aj na deti do piatich rokov, ale najmä na staršie a mladých dospelých. Nikto nevie prečo.

**Záhada:** Vírusy v tomto období spôsobujú asi osem z desiatich respiračných chorôb. Raz je to chrípkový, inokedy rinovírus

či parachrípka. Ešte v minulom roku laboratória potvrdili u jedného pacienta na Slovensku aj prasaciu chrípku. Veľmi nebezpečným respiračným vírusom je aj syncyriálny vírus, RSV, ktorý môže byť pre predčasne narodené deti smrteľný a vážne komplikácie spôsobuje aj ostatným deťom a dospelým. Za dýchacími ťažkosťami v tomto chrípkovom období môže byť hociktorý z nich.

„Na Vianoce začala Timea kašľať a o niekoľko dní to prešlo do štádia, že len pískala. Nevládala dýchať a okamžite sme ju museli dať do nemocnice,“ rozpráva mama ročného dieťaťa, ktoré sa len teraz zbavilo infúzií a náročnej liečby. Dievčatko, ktorému sa zapálili priedušničky v dôsledku RSV vírusu, prežilo len vďaka



**Očkovanie proti RSV vírusu:** Jedno z mála očkovaní proti vírusovým chorobám, ktoré napádajú dýchacie ústrojenstvo.



Foto: JURAJ ROŠČÁK

**Pneumologička Orosová:** S posilňovaním imunity to netreba podľa nej prehnať. Je to dvojsečná zbraň.

kvantám liekov a rýchlej intervencii pneumológov.

„Vianoce u nás strávilo sedemnástočné dievča, ktoré malo takú ťažkú virózu, že bolo na infúziách. Pôvodu choroby sa nám nepodarilo zistiť. Klinickými príznakmi sa to podobalo na chrípku, ale tá nebola,“ hovorí primárka Kliniky detskej pneumológie a ftizeológie Univerzitnej nemocnice Bratislava v Podunajských Biskupiciach Jaroslava Orosová. Podobne ani u ostatných ťažko chorých detských pacientov v Podunajských Biskupiciach laboratória klasickú chrípku zatiaľ nepotvrdili.

„Keďže na Slovensku aj v okolitých krajinách sa objavila prasacia chrípka, nie je vylúčené, že aj u pacientov, ktorí teraz vyžadujú nemocničnú liečbu pre komplikácie, ako je napríklad ťažký zápal pľúc, môže ísť práve o tento druh. Laboratórny dôkaz totiž vyžaduje dlhší čas než dôkaz bežnej chrípky. Rovnako to však môže byť rinovírus, ktorý je jedným z najčastejších pôvodcov prechladnutia. Štandardne sa na Slovensku nevyšetruje,“ hovorí pneumologička Orosová. **Ťažkosti po chrípke:** Úrad verejného zdravotníctva, ktorý každý týždeň zverejňuje štatistiky

chorobnosti, bude výskyt prasacej chrípky podrobne monitorovať. Je dosť možné, že nakazených bolo aj doteraz viac, ale keďže prejavy nekomplikovanej prasacej chrípky sú na nerozoznanie od klasickej, pacienti o svojej „výnimočnosti“ ani nevedeli.

Bez ohľadu na to, o aký typ respiračného vírusu ide, vírusovú fázu choroby pacienti väčšinou zvládnu. V posledných dňoch sa však lekárom sťažujú na návrat choroby po preliečení, čo má potom omnoho dramatickejší priebeh. Ani za týmto netreba hľadať nejakú zvláštnosť. „Počet komplikácií sa v porovnaní s predošlým rokom nezvýšil,“ hovorí Lenka Skalická z Úradu verejného zdravotníctva. „To, čo sa javí ako zhoršený návrat choroby, sú nepreliečené virózy,“ myslí si profesorka Adriana Ondrušová z Detskej kliniky Fakultnej nemocnice v Trnave. Jej kolegovia sa medzi sviatkami zapotili pri ťažko chorých deťoch. Dominovali respiračné infekcie, ktoré u malých detí vyústili do obštrukcie priedušiek, staženého dýchania až dusenia a do horúčkovitých stavov. „Ťažko povedať, ako sa bude situácia vyvíjať ďalej, končia sa prázdniny a pripravujeme sa na chrípko-

vú epidémiu,“ hovorí Adriana Ondrušová. „Preliečené dieťa príde do škôlky, za tri dni sa nakazí od ostatných detí a infekciu šíri ďalej. Nakazí súrodencov, rodičov a to sa opakuje už roky,“ pridáva sa pneumologička Orosová. Návrat choroby je už často spojený s nutnosťou užívania antibiotík, pretože vírusová choroba k sebe priťahuje bakteriálnu infekciu. Pitie čaju a ležanie v tomto štádiu nestačia. V druhej fáze choroby sú už antibiotiká často nevyhnutné.

**Superpočasie:** Vianočné sviatky priniesli teraz viac chorých ako predchádzajúce. Prispieva k tomu aj počasie. „Vyskytovali sa inverzie, pekne bolo vo vyšších polohách, ale v nižších naopak. Pod inverznou vrstvou sa hromadia nečistoty biologického aj chemického pôvodu. Je to vlastne živná pôda pre mikroorganizmy, ktoré sa potom ľahko dostanú do organizmu, ak je chladným sychravým počasím oslabená nosová sliznica a sliznica dýchacích ciest. Následkom sú dýchacie ťažkosti, prípadne nachladnutia a chrípkové ochorenia,“ tvrdí odborníčka na biometeorológiu Zlata Čabajová. Ako prevencia by bolo ideálne zdržiavať sa nad inverznou vrstvou, čo nahráva lyžovačkám a turistici- ▶

Ilustračné foto: MARIÁN KLUNČ



ke. Aj podľa Jaroslavy Orosovej šport môže v tomto období len pomôcť. „Deti menej športujú, viac sa zdržiavajú v uzavretých priestoroch. Vidím to aj u nás v nemocnici. Televízor, ktorý majú v izbe, beží neustále. Najlepšie pre ne by bolo vstať a ísť sa vybehať niekam von,“ hovorí. Starou známou a dobrou prevenciou je aj otužovanie. Keď nie celého tela, aspoň tváre.

**Imunita:** Slovo imunita je v poslednom období jedno z najspofanovanejších. Dobré sa

predáva. Na trhu nájdete viac ako sto produktov na podporu imunity v cene od dvoch až po sedemdesiat eur. Jej prehnane podporovanie však môže byť kontraproduktívne. Keď sa dieťa narodí, jeho imunita ešte nie je zrelá. Dozrieva okolo deviateho až dvanásteho roku života. „Je to normálne, ak dieťa ochorie. My sme ako deti boli chorí rovnako. Rodičia však často prichádzajú a tlačia na nás, aby sme predpisovali deťom lieky na dozretie imunity. Málokedy je na to dô-

vod. Môže to vyústiť do presne opačnej reakcie organizmu. Keď budete nadmerne stimulovať imunitu, ktorá je dobrá, a budete sa ju snažiť zlepšovať, tak si to rozmyslí a môže prejsť do poškodenia napríklad lymfatického systému, lebo to je jeden z hlavných imunitných orgánov,“ prekvapuje primárka detskej pneumológie v Podunajských Biskupiciach. Jedným z následkov prehnaneho stimulovania imunity môže teda byť zhubné ochorenie. „Nemyslím si, že niekto ro-

## Druhá vlna

Počet chorých na akútne respiračné choroby sa každý týždeň mení. Najviac nakazených pacientov sa u svojho lekára hlásilo vo vianočnom týždni. Až o štvrtinu menej chorých v porovnaní s Vianocami bolo na Silvestra. Odvtedy však počet chorých stúpil o tretinu.

Ak bude chrípka postupovať tak ako v minulom roku, najviac chorých bude o necelé dva mesiace. Zo stotisíc obyvateľov Slovenska sa u lekára s akútnymi dýchacími ťažkosťami prihlásia dve tisíce. V porovnaní so súčasnosťou to bude dvojnásobné množstvo pacientov. ■

**Čakárne:** V zimnom období sú plné pacientov.

bil takéto štúdie, ale taká je naša skúsenosť, a preto neradi bezdôvodne predpisujeme imunopreparáty. Ja som robila niekoľko rokov v zahraničí a tam sa to zďaleka nepredpisuje v takom množstve ako u nás.“ Na druhej strane, bežné podporovanie imunity prostredníctvom voľnopredajných fytofarmákov alebo probiotík nemôže uškodiť, a to najmä v období, keď sa všetci musíme pripraviť na nástup chrípkovej epidémie. ■

**MARTINA UTEŠENÁ**