

# ПРОЛЕТТА ИДВА, А С НЕЯ И НАСТИНКИТЕ И РЕСПИРАТОРНИТЕ ИНФЕКЦИИ

## Как да се справим лесно с тях?

Респираторните инфекции и настинките са всеобщо разпространени, но трудно отличими помежду си както при възрастните, така и при децата. Тези заболявания продължават да бъдат водеща причина за заболяемостта, намалената трудоспособност, хоспитализацията и смъртността в света. Тази година се отличава по отношение на грипа от предишните, а и от всички останали. Страната току-що излиза от тежката пандемия, причинена от друг респираторен вирус – SARS-CoV-2, причинител на COVID-19. Пандемията не е напълно отминала, все още се откриват новозаразени лица, а по отношение на причинителя – в страната шества вариантът омикрон.



проф. г-р Рагжа  
Арзирова, гми

Вирусолог,  
клинична лаборатория

Сектор Вирусология,  
Аджабадем Сити  
Клиник,  
Болница Токуда,  
гр. София

На този етап често е трудно клинически ясно да се разграничат двете инфекции. За грип говорим при наличие на най-малко един респираторен симптом (кашлица, хрема, болки в гърлото) и един системен симптом (миалгия, студени тръпки/изпотяване, общо неразположение, умора или главоболие). Грипът настъпва след сравнително кратък инкубационен период – 1-2 дни, понякога дори часове, а COVID-19 – поне 5 дни след експозиция на вируса (контакт със заразено лице). Грипният вирус, както и останалите причинители на остри респираторни заболявания, се размножава предимно в епитела на горните дихателни пътища (нос, гърло, уста, трахея, бронхи), а същият този епител е и входна врата на SARS-CoV-2 и останалите коронавируси. Механизмът на предаване на инфекцията е също общ – въздушно-капков. Патогенезата при COVID-19 се различава

от тази на грипа по това, че е свързана с белодробна ангиогенеза и паренхимен ендотелит. В сравнение с грипа, по-голям дял от пациентите с COVID-19 се нуждаят от механична вентилация, като периодите на същата са по-дълги.

Пациентите с COVID-19 също имат по-висок дял на извънбелодробни усложнения. Етиологичната диагноза се поставя на основание на високо-специфични молекулярно-биологични тестове (multiplex PCR) – изключително важно, тъй като както проличането, така и лечението и последиствията при двете заболявания силно се отличават.

Предишните две години изцяло бяхме отгледени на пандемията COVID-19 и грипът като че ли изчезна. Около 20% от населението в северното полукълбо ежегодно заболява от грип през есенно-зимния сезон. В момента циркулацията на грипни

те вируси в Европа е леко повишена в сравнение със същото време на сезон 2020/21, но остава съществено по-ниска от тази в годините преди пандемията COVID-19.

Респираторният тракт има множество защити срещу инфекции – механични (въгъл на разположение на бронхите, изчистване на секрети чрез мукоцилиарен клирънс, кашлица, спазъм на бронхите) и неспецифични имунологични (локални имуноглобулини – IgA, системата на комплемента, фагоцитарни клетки, главно алвеоларни макрофаги, лизозим, интерферон и др.). Често обаче тези защити се сричат под въздействието на вирусни и бактериални причинители, което довежда до заболяване.

**Как да лекуваме инфекциите на горните дихателни пътища, вкл. грипната инфекция и почти ежедневните настинки, особено у децата?**

Преди всичко трябва да се направи всичко възможно, за да не се допусне заразяване – пълноценно здравословно хранене обогатено с витамини, за да се обезпечи работата на имунната система, избягване на масови мероприятия по време на сезонната епидемия, правилно носене на лицева маска, спазване на дистанция, често проветряване на помещенията, често миене на ръцете, изхвърляне на секрети (само затворени и на определени места), дезинфекция.

Препоръчват се и редица медикаменти, получени изцяло от природни източници, преминали клинично изпитание и с доказано действие. Например на пазара има такъв продукт, който съдържа комбинация от три активни съставки – от пурпурна и

бледа ехинацея, диво индиго и бял кедър. Този продукт е лекарствено средство с над 20 клинични проучвания и съкращава с 2-3 дни системните и респираторните оплаквания, като демонстрира едновременно антивирусно и имуномодулиращо действие. Директното антивирусно действие на ехинацеята се осъществява чрез активиране на макрофагите и повишен интерферонов синтез. Установява се и синтез на TNF, както и синтез на IL-1, IL-6 – всички тези въздействия обуславят имуномодулиращите свойства на подобни препарати. Белият кедър в продукта също притежава противовирусно действие, а дивото индиго води до активизирано производство на антитела. Съставът на този продукт му позволява без-

препятствено съчетаване с антибиотици при необходимост, като съкращава периода на боледуване и възстановяването е по-бързо. Този препарат е чудесен при настинка или профилактично – в грипния и извънгрипния сезон. Той спомага бързото и лесно оздравяване приложен самостоятелно, без претоварване с други медикаменти.

Общопрактикуващите лекари, педиатрите, инфекционистите, вирусолозите, имунологите и всички колеги, които се сблъскват с детските настинки, алергии и лекарствена резистентност, се насочват все по-активно към подобни средства с растителен произход поради тяхната добра поносимост и доказан клинично лечебен ефект. ■