

## **Kosulio gydymas: ką gali augaliniai preparatai**

**Turbūt ne vienas žmogus tik pradėjęs kosėti neskuba varstyti gydytojo kabineto durų. Dažniausiai pradėdame gydytis patys. Kokios gali būti netinkamo savarankiško gydymo pasekmės ir kaip tinkamai gydyti kosulį? Kokią augalinių preparatų vieta?**

### **Skirtingas kosulys – skirtingas gydymas**

Prieš imantis kosulį gydyti visada reikia išsiaiškinti dėl ko tas kosulys atsirado ir koks jis yra. Kosulys skirstomas į infekcinį ir neinfekcinį, ūminį (tęsiasi iki 3 savaičių) ir lėtinį (ilgiau negu 3 savaitės). Jeigu ūminis kosulys yra infekcinės kilmės, jis gali būti susijęs su peršalimu, nosies ar sinusu patologija (pvz., gali būti sinusitas), sukeltas plaučių uždegimo. Kita vertus, kosulį gali sukelti bronchų astma ar kokio alergeno patekimo į organizmą. Suprantama, kad priklausomai nuo priežasties skirsis ir gydymas.

Žmonės dažniausiai vargina ūminis peršalimo sukeltas kosulys, kurį jie ir bando gydyti įvairiomis priemonėmis. Pažymėtina, kad 80 proc. atvejų kosulys, sukeltas peršalimo, ūminės slogos ar virusinės respiratorinės infekcijos, praeina arba stipriai sumažėja per pirmąsias 48 val. ir be ypatingo gydymo. Ir tik 25–30 proc. peršalusių pacientų kosulys trunka iki 2 savaičių.

### **Savigydos klaidos – dėl baimės**

Kartais peršalimo ligų sukeltas kosulys gali užtrukti ir ilgiau, dėl to, kad sausai kosėjant smarkiai sudirginame viršutinių kvėpavimo takų gleivinę ir dėl to net ir mažiausias dirgiklis ar įkvepiamas oras vėl jį gali išprovokuoti. Tokiais atvejais žmonės dažnai išsigąsta, nes nerimauja, kad nekaltai prasidėjęs kosulys neviršų plaučių uždegimu, ir dėl to vos ne nuo pirmų dienų ima vartoti antibiotikų. Tai didžiausia klaida, kurią daro žmonės bandydami gydyti kosulį.

Kaip atskirti plaučių uždegimui būdingą kosulį nuo virusinės kilmės (peršalimo)? Sergant plaučių uždegimu ligonis jaučia bendrą organizmo silpnumą, taip pat dažnai karščiuoja, kosulys yra drėgnas, atsiranda karkalų, kvėpavimas skausmingas.

Kita klaida – vėl bijodami, kad kosulys neperaugtų į plaučių uždegimą ir atsiradus skrepliams, ima vartoti vaistų, kurie kosulį slopina. Dėl to savo būklę tik pablogina, nes kvėpavimo takuose susikaupęs sekretas negali pašalinti.

### **Augalinių preparatų vieta**

Augaliniai vaistiniai preparatai turi nemažai privalumų, o jų gamybos technologijos žinomos nuo K.Galeno (129–199 m.) laikų. Šiems vaistams gaminti labai retai naudojami cheminiai konservantai

ar kiti sintetiniai priedai. Daugelyje pasaulio šalių vaistingieji augalai vartojami labai ilgai, dėl to sukaupta daug informacijos apie jų savybes. Ilga patirtis leido nusistovėti augalinių vaistinių preparatų indikacijoms ir dozėms, todėl daugelis tik labai retais atvejais sukelia nepageidaujamų reakcijų.

Šiandien mokslo įrodyta, kad negalvimus gydo augaluose kaupiamos veikliosios medžiagos, tam tikri cheminiai junginiai: alkaloidai, glikozidai, vitaminai, mineralinės medžiagos ir kt.

Pradžioje peršalimo ligų sukeltas kosulys visuomet būna sausas, vėliau po 3–4 d. tampa produktyvus arba drėgnas. Tiek sauso, tiek drėgno kosulio gydymas skiriasi. Todėl itin svarbu tinkamai parinkti vaistus.

Sausą kosulį anksčiau buvo siūloma gydyti karštu pienu su medumi. Tačiau dabar manoma, kad šis gydymas nėra visiškai tinkamas, nes padaro skreplius tirštais ir dėl to atsikosėti nėra lengviau, be to gali iššaukti gastroezofaginio refluksą, kuris gali paūminti kosulį. Vaistažolės sausam kosuliui gydyti - tai piliarožė, ankstyvasis šalpusnis, islandinė kerpena, miškinė dedešva, siauralapis gyslotis. Atsiradus gleivingam produktyviam kosuliui skiriami gleives skystinantys vaistai, kad gleivės būtų lengviau pašalinamos iš kvėpavimo takų. Atsikosėjimą lengvinančios vaistažolės: čiobrelis, raktažolė, anyžius, pankolis, saldymedis.

Svarbu, kad tiek kosulį slopinančių, tiek atsikosėjimą lengvinančių preparatų negalima vartoti per ilgai, nes pirmu atveju negalėsime kosulį paversti produktyviu, kas būtina, kitu – per daug suskystinę sekretą taip pat apsunkinsime jo pašalinimą.

### **Nepakeičiamas čiobrelis**

Čiobrelis preparatai nuo seno žinomi kaip priemonė, pasižyminti atsikosėjimą lengvinančiu, antiseptiniu, spazmolitiniu, skausmą malšinančiu ir raminančiu poveikiu. Pakeisdami gleivių struktūrą, jie padaro jas mažiau klampiomis ir taip palengvina atsikosėjimą.

Raktažolės preparatai taip pat yra mažai toksiški, atpalaiduoja spazmus. Jie plačiai vartojami kvėpavimo takų ligoms gydyti, taip pat slopina uždegimą, skatina ir palengvina atsikosėjimą.

Preparate *Bronchipret* be čiobrelių žolės yra ir raktažolių šaknų ekstrakto, tad sinerginis šių vaistažolių poveikis sustiprina kiekvienos jų gydomąsias savybes. Preparato sekretolitinis (sekretą skystinantys) poveikis nenusileidžia sintetiniams sekretolitikams, o pašalinio poveikio rizika – labai maža.

Kuo geri augaliniai preparatai? Augaliniai preparatai ne tik slopina kosulį, bet kartu gydo ir kvėpavimo takų gleivinę, nes padengia ją gleivėmis ir taip apsaugo nuo išorinių dirgiklių. Tai labai svarbu, nes išsvarginto kosulio žmogaus gleivinė būna itin jautri.

*Bronchipret* skirtas drėgnam kosuliui malšinti, kuris gali varginti peršalus, sergant bronchitu, laringitu, tracheitu ir kt. Šio preparato veiksmingumas įrodytas atliktus daugybę klinikinių tyrimų.