

- Uvod • Simptomi i komplikacije • Dijagnoza • Liječenje

Uvod

Obična prehlada je virusna infekcija sluznice nosa, sinusa, ždrijela i velikih disajnih putova.

Prehlade uzrokuju mnogi različiti virusi. Pikornavirusi, kao što su rinovirusi, uzrokuju najveći broj proljetnih, ljetnih i jesenskih prehlada. Virusi influence i respiratorni sincicijski virusi, koji se redovito pojavljuju u kasnu jesen i zimu uzrokuju čitav spektar bolesti, uključujući prehlade.

Virusi influence šire se lako sa osobe na osobu iskašljavanjem ih kihanjem zaraznih kapljica. Rinovirusi i respiratorni sincicijski virusi na isti se način prenose, ali možda uglavnom izravnim dodiranjem zaraženih lučevina koje se prenose prstima.

Zašto se neka osoba nekada lakše zarazi nego druga, nije potpuno jasno. Nadolazak groznice ne uzrokuje prehladu samu po sebi niti povećava osjetljivost osobe na zarazu respiratornim virusom. Čini se da ni opće zdravstveno stanje osobe ili navike jedenja nisu od presudne važnosti. Tom ne doprinosi niti neka nenormalnost nosa ili ždrijela kao što su povećani krajnici ili adenoidi. Međutim, u ljudi koji su izmoreni ili emocionalno opterećeni, koji imaju alergije nosa ili ždrijela, te u žena koje su u sredini svog menstrualnog ciklusa, lakše se mogu primijetiti simptomi prehlade.

Simptomi i komplikacije

Simptomi obične prehlade počinju 1-3 dana nakon zaraze. Obično prvi simptomi su nelagodnost u nosu i ždrijelu. Kasnije osoba počne kihati, curi joj iz nosa i osjeća se blago bolesnom. Obično ne dolazi do groznice, ali se katkada, kada počnu simptomi, pojavi lagana groznica. Izlučevine (sline) iz nosa su vodenaste i bistre a prva dva dana mogu biti obilne. U većine ljudi razvije se kašalj. Simptomi obično prestanu za 4-10 dana, premda kašalj sa iskašljajem ili bez njega često traje i iduće sedmice.

Komplikacije mogu produljiti simptome. Infekcija dušnika (traheje) uz stezanje u prsnom košu i nelagodno pečenje vjerojatniji su u nekih ljudi i pri infekciji nekim virusima. Ljudi koji inače pate od bronhitisa ili astme mogu imati više poteškoća sa disanjem za vrijeme prehlade i nakon nje. Bakterijska infekcija ušiju, sinusa ili traheje (dušnika) i disajnih putova (traheobronhalna infekcija) može se razviti nakon prehlade pa je potrebno provesti antibiotsko liječenje.

Dijagnoza

Većina prehlada se može lako dijagnosticirati na temelju tipičnih simptoma. Međutim, bakterijske infekcije, alergije i drugi poremećaji mogu uzrokovati i simptome slične onima influence (gripe). Visoka temperatura upućuje da infekcija nije obična prehlada. Pretrage za postavljanje dijagnoze prehlade nisu potrebne, ukoliko se nisu razvile komplikacije.

Liječenje

Osoba sa običnom prehladom mora se utopli i udobno smjestiti te nastojati izbjegavati širenje infekcije na druge. To je često najlakše učiniti u najranijim stadijima infekcije. Svako sa groznicom ili teškim simptomima trebao bi se odmarati kod kuće. Pijenje tekućine pomaže održati lučevine rahlijima (manje gustim) i lakšima za izbacivanje.

Sredstva protiv prehlade su popularna, ali je većina njihovih dobrih učinaka upitna. Acetilsalicilna kiselina (aspirin) čak može povećati rasijavanje (izbacivanje) virusa, a simptome samo blago poboljšati. Ako je potrebno davati lijek da bi ublažio bol ili groznicu kod djeteta ili osobe u razvoju, prednost se daje paracetamolu ili ibuprofenu, jer uzimanje acetilsalicilne kiseline (aspirina) povećava rizik od nastanka Reyeova sindroma, moguće smrtnog stanja.

Sredstva koja smanjuju otok nosne sluznice dovode do privremenog i ograničenog olakšanja. Uzimanjem antihistaminika sprječava se curenje iz nosa, ali se za njih pokazalo da djeluju samo u ljudi sa alergijama, a uzrokuju pospanost i druge nuspojave, pogotovo u starijih osoba.

Udisanje pare ili aerosola iz inhalatora je metoda koju neki smatraju korisnom za razrijeđenje tjelesnih sokova i smanjivanje stezanja u prsima, a ispiranje nosnih putova izotoničnom otopinom soli može pomoći u uklanjanju žilavih slina. Kako kašljanje može biti jedini način izbacivanja tjelesnih sokova i propalog materijala iz disajnih putova za vrijeme virusne infekcije, bolje je kašalj ne liječiti, ukoliko ne smeta pri spavanju. Jaki kašalj se može liječiti sredstvima

koja ga potiskuju (antitusicima). Antibiotici nisu djelotvorani za običnu prehladu, treba ih koristiti samo ako se razvija i bakterijska infekcija.