



RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Augšējo elpceļu iekaisumi ziemas periodā

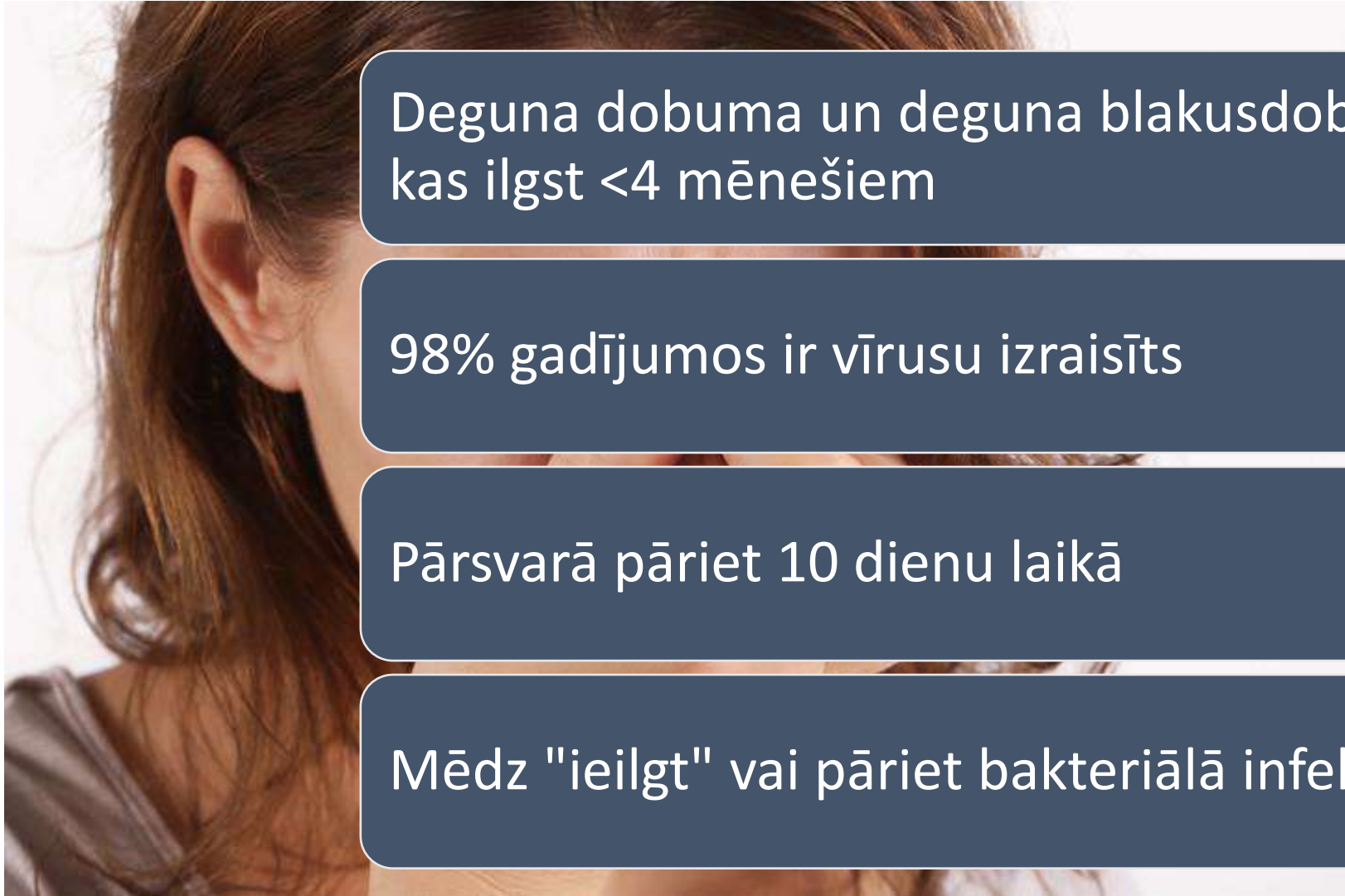
Oļegs Sokolovs-Karijs

Otorinolaringologs

IMANTA
IĻĢUCIEMS
BOLDERĀJA
KĒNGARAGS
TORŅAKALNS
ZIEPNIEKKALNS

2023

Akūts rinosinusīts jeb parastās iesnas



Deguna dobuma un deguna blakusdobumu iekaisums,
kas ilgst <4 mēnešiem

98% gadījumos ir vīrusu izraisīts

Pārsvarā pāriet 10 dienu laikā

Mēdz "ieilgt" vai pāriet bakteriālā infekcijā



RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS



Līdzekļi cīņai ar akūtu rinosinusītu

Aerosoli, kas noņem deguna tūsku

Pilieni, kas noņem deguna tūsku

«Jūras sāls» aerosoli un pilieni

Aerosoli ar hormonāliem līdzekļiem

Pilieni, kas satur antibiotikas; pilieni ar sudraba nitrātu
u.c.



RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Deguna aerosoli un pilieni, kas sašaurina asinsvadus

Aerosoli



No 2 gadu vecuma

Labi uzlabo elpošanu
Ātri iedarbojas
Bezrecepšu līdzekļi
Nedrīkst lietot ilgāk par 5 dienām!
Lietojot ilgāk, izraisa atkarību
Bērniem – bērnu forma;
pieaugušajiem – pieaugušo!

Pilieni



No 6 mēnešiem līdz 2 gadu vecumam

Labi noņem deguna tūsku (bet sliktāk nekā aerosoli)
Atļauti no 6 mēn. vecuma
Nedrīkst lietot ilgāk par 5 dienām!

Deguna aerosoli ar hormoniem (steroīdiem)



Tūsku noņem, bet sliktāk nekā iepriekš minētie līdzekļi

Pārsvarā lieto ieilgušu/ hronisku/ alerģisku iesnu ārstēšanā

Ir droši, neskatoties uz instrukcijās minētajām iespējamām blaknēm

Var lietot ilgi, atļauti no 2 gadu vecuma, atkarību neizraisa

«Jūras sāls» aerosoli un pilieni



Aerosoli ir vieglāk lietojami

Tūsku nenoņem

Palīdz atšķaidīt ļoti staipīgas gļotas

Obligāti jāatsūc/ jāizšņauda/ jāiesūc!

Sīrupi un tabletes pret deguna aizlikumu ar pseidoefedrīnu

Labi noņem deguna tūsku

Ilgstoša iedarbība

Liela daļa – bezrecepšu

Ir virkne ar iespējamām blaknēm: bezmiegs,
miegainība, sirdsklauves

Jālieto piesardzīgi!





RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Ieteikumi iesnu ārstēšanā

Pieaugušajiem lietot pieaugušo formas/ bērniem – bērnu; ja pieaugušais lietos bērnu formas, pierašanas risks nemazināsies

Vienmēr dot priekšroku aerosoliem, nevis pilieniem

Pēc 5 dienu lietošanas asinsvadus sašaurinošus līdzekļus atcelt vai nomainīt pret deguna hormonāliem līdzekļiem

Skalot degunu ar jūras sāli apjomīgu izdalījumu gadījumos; sausa un tūskaina deguna «gadījumos» – mazefektīvi

Nelikt degunā iekšā ķiploku gabaliņus vai citus augus, sildīšana nav efektīva

Kad mēs saprotam, ka infekcija ir bakteriālas dabas?

Antibiotikas

Sūdzības >10
dienām

Pasliktinājums
pēc uzlabojuma

Temperatūra
>38°C ilgāk par 4
dn.

Apjomīgi, strutaini
izdal. >4 dn.

Stipras sejas sāpes,
īpaši vienpusējas

Akūts rīkles iekaisums – tonsillīts un faringīts



Rīkles gļotādas un mandeļu iekaisums

Pārsvarā vīrusu izraisīts vai streptokoku izcelsmes

Pārsvarā pāriet 3-7 dienu laikā

Grūtāk atšķirt virālu no bakteriāla

Līdzekļi rīkles sāpju mazināšanai



Sūkājamās
tabletes/pastilas
/ dražejas



Aerosoli



Tabletes



Rīkles skalošanas līdz.



RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Sūkajāmas tabletes/dražējas

Akūto iekaisumu gadījumos ieteicamas tabletes, kas satur medikamentu (piem., cetipiridīnu, flibuprofēnu)

Var lietot bieži un ilgstoši. Lietošana – viegla

Patīkama garša (subjektīvi)

Var lietot īpašas grupas (grūtnieces, pacienti ar hroniskām slimībām)

Labi der vieglu/ mērenu sāpju gadījumos





RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Aerosoli

Akūto iekaisumu gadījumos ieteicami aerosoli ar medikamentu (piem., benzidamīnu), nevis uz augu bāzes

Var lietot bieži un ilgstoši, bet pareiza lietošana ir sarežģīta

Diezgan dedzina, bet flakonā ir daudz devu – der ilgākam laikam

Var lietot īpašas grupas (grūtnieces, pacienti ar hroniskām slimībām)

Labi der vieglo/ mēreno sāpju gadījumos





RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Tabletes

Daudzi neiedomājas, ka pretsāpju līdzekļi noņem arī rīkles sāpes

Iesakām nesteroidālos pretiekaisuma līdzekļus (piem., Ibuprofēnu, Naproksēnu, Deksketaprofēnu)

Viegli lietot, bet ir ierobežots biežums

Labi der stipru sāpju gadījumos





RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Skalošanas līdzekļi

Pacienti šķīdumus gatavo paši, pārsvarā no mājās pieejamām izejvielām, kas nav efektīvi

iesakāmi ir speciāli rīkles skalošanai paredzētie līdzekļi (piem., ar Fugarīnu vai Cetilpiridīnu)

Lietošana ir relatīvi viegla un saprotama, var lietot bieži

Labi der mērenu/ stipru sāpju gadījumos





RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Par rīkles skalošanu

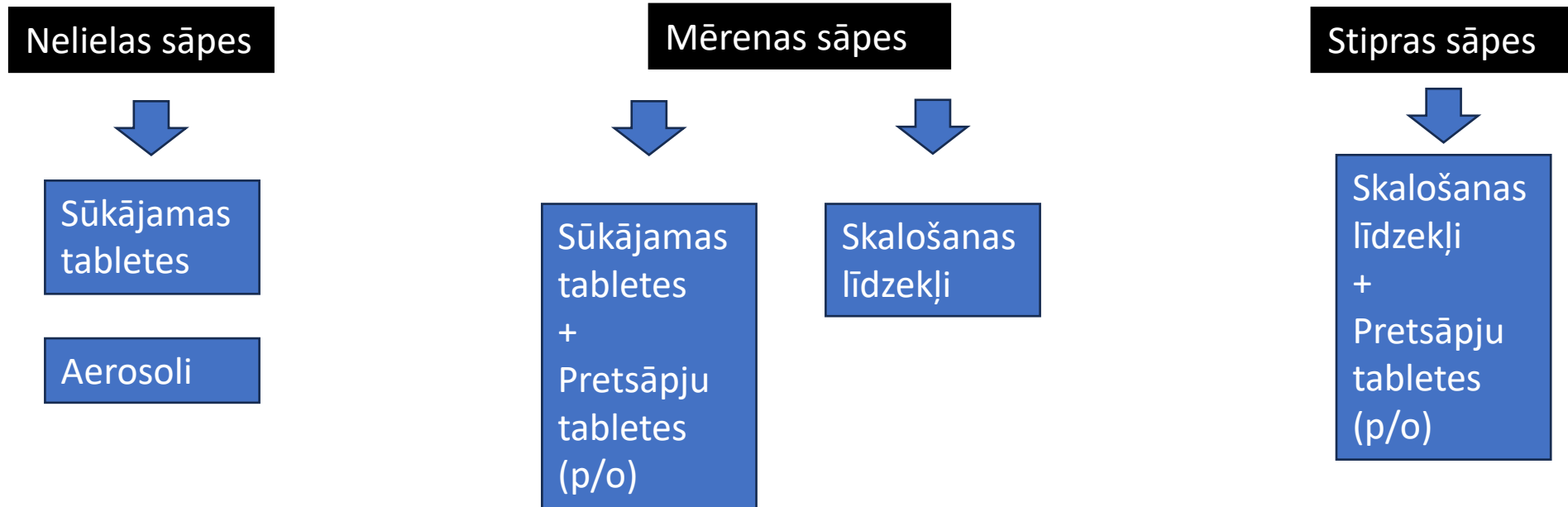
NESKALOJAM rīkli ar sāli/ jodu/ sodu/ citronu/ medu nekādās kombinācijās

Skalošanai izmantojam rīkles skalošanai paredzētos līdzekļus ar medikamentiem

Ja nav aptieku tuvumā, var izmantot zobu skalošanas līdzekļus

Skalošana ar kumelītēm/ kliņģerītēm akūtu iekaisumu gadījumos nav efektīva

Ieteikumi rīkles iekaisumu ārstēšanā



Ko mēs izmantojam bakteriāla rīkles iekaisuma identifikācijai?

CENTOR kritēriji

3 punkti – bakteriāla infekcija

C – klepus neesamība (*no Caught*)

+1

E – mandeļu aplikums (*Exudate*)

+1

Limfmezgli (*lymphNodes*)

+1

Temperatūra >38.0°C

+1

Vecums (*Old*)

+1 – <14 g.v.

0 14-45 g.v.

-1 >45 g.v.

Par vitamīnu lietošanu ARVI profilaksei



Papildus C vitamīna lietošana neietekmē ne slimību biežumu, ne slimības ilgumu, faktiski neatšķiras no placebo

Ir pierādījumi, ka selēna uzņemšana paātrina atveseļošanos

Ir iesakāms turēt D vitamīnu normas robežās (vismaz 35 vienības, labāk 50), jo D vitamīna trūkums pasliktina imunitātes kompetenci



RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS

Paldies par uzmanību!

Ja ir jautājumi, rakstiet:
sokolovs.karijs@gmail.com

IMANTA
IĻĢUCIEMS
BOLDERĀJA
ĶENĢARAGS
TORŅAKALNS
ZIEPNIEKKALNS