



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 2. 8. 2022 | redakce Vím, co jím

Když nás v létě přepadne nemoc

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Kdyz-nas-v-lete-prepadne-nemoc__s10012x20347.html

Onemocnět během léta není nic příjemného. Naštěstí bývá většina infekcí virového původu a organismus si s nimi dokáže poradit i bez nutnosti antibiotik. Které z nemocí nás v létě trápí častěji než jiné? Existují nějaká specifika u dětí? Kdy můžeme mít podezření na bakteriální původ? A je možná nějaká prevence?



Nejspíše tušíte, že pokud je to aspoň trochu možné, je lepší se [antibiotikům](#) vyhnout. Už jen kvůli tomu, že mohou při zbytečném nebo nesprávném užívání přestávat fungovat. Z toho důvodu bychom za pár let umírali na nemoci, na něž teď antibiotika běžně zabírají. Štěstí v neštěstí je, že i když v letních

měsících onemocníme, převážně se jedná o infekci virového původu, kterou antibiotika neléčí.

„Většina respiračních infekcí, kdy jsou postiženy dýchací cesty, je virových. Stejně tak i nejčastějším původcem infekčního průjmu jsou viry,“ upřesňuje MUDr. Ludmila Bezdíčková, praktická lékařka pro dospělé.

Typické letní infekce bakteriálního původu

Jak prozrazuje praktický lékař pro děti a dorost MUDr. Daniel Dražan, dětských infekcí obecně je během léta naštěstí méně než v zimě, navíc **většina těchto onemocnění je způsobena viry, takže při jejich léčbě nemají antibiotika žádný smysl.**



Tudíž obecně četnost předepisování antibiotik je v tomto období nižší.

„Na druhou stranu k nejčastějším bakteriálním infekcím dětského věku patří záněty středního ucha, v letních měsících i záněty zevního zvukovodu, streptokokové "angíny", bakteriální kožní infekce, infekce močových cest, z vážnějších onemocnění zápal plic. I při prokazatelně bakteriálním onemocnění není vždy nutná léčba celkovými antibiotiky, a to například při mírnějších zánětech středního ucha, zánětech zevního zvukovodu, u některých kožních bakteriálních infekcí je možné se celkové antibiotické léčbě vyhnout. V každém případě by o indikaci antibiotik měl rozhodnout lékař,“ vysvětluje MUDr. Dražan.

U dospělých je situace podobná. Existují bakteriální infekce, které v letním období dominují, ale ne na všechny je třeba indikovat antibiotika.

„Co se týká bakteriálních infekcí v létě, které mohou nejvíce potrápit dospělou populaci, zmínila bych streptokokovou angínu (zánět patrových mandlí), kožní formu boreliózy, bakteriální zánět kůže (tzv. impetigo, případně furunkl, erysipel - růže) a nekomplikovaný zánět dolních močových cest. Bakteriální původ mají také salmonelóza nebo kampylobakterií, ale ty se léčí antibiotiky jen ve výjimečných případech,“ pokračuje MUDr. Bezdíčková.

Úskalí užívání antibiotik v létě

Nejspíše si dobře pamatujete, že při užívání většiny antibiotik je třeba **vyhnout se konzumaci alkoholu**. Také je důležité věnovat pozornost **správnému dávkování antibiotik a intervalu, v němž jsou užívány**. Dále je dobré si **zjistit, zda se jejich užívání nevylučuje s konzumací některých druhů jídel**, např. specifické druhy antibiotik s mléčnými výrobky.

„Obzvláště během léta hrozí při užívání antibiotik riziko fototoxické dermatitidy, tzv. fotosensibilizace. Ve stručnosti to znamená, že může vzniknout na kůži svědivá vyrážka v případě, že berete některé léky (patří mezi ně i některá antibiotika), a zároveň se vystavujete přímému slunci. Proto je vhodné se vždy informovat u lékaře, jaký léčebný režim zvolit. Nezapomínejte s ním také konzultovat běžně užívané léky, protože kombinace s některými antibiotiky může i uškodit,“ dodává MUDr. Bezdíčková.

Jak nejlépe předcházet infekcím?



Žijeme ve světě, kdy je nemožné zbavit se infekcí zcela. Je třeba počítat, že i v létě nás mohu potrápit. Naštěstí většina z nich je „samoúzdavných“. Navíc se můžeme chovat zodpovědně a antibiotika užívat uvážlivě, čímž uchováme jejich sílu pro

situace, kdy bude jejich užití nutné.

„Nespecifickou prevencí infekčních i neinfekčních onemocnění je "zdravý životní styl". Tedy nekouřit, nevystavovat děti pasivnímu kouření, správné mytí rukou, zdravá strava a pravidelné pohybové aktivity. U malých dětí má určitý ochranný vliv kojení. Naopak cílenou specifickou a vysoce účinnou prevencí infekčních onemocnění je očkování. Pokud se budeme bavit o souvislosti očkování se snížením spotřeby antibiotik, jde především o vakcíny proti pneumokokovým infekcím, covidu-19 a chřipce,“ doplňuje MUDr. Dražan.

Důležitý postřeh na závěr

Oba lékaři se shodnou na tom, že **většina infekcí v dětském i dospělém věku není způsobena bakteriemi, ale viry**. Tyto infekce se antibiotiky neléčí, protože nijak nepomohou. Naopak zbytečné a příliš časté užívání antibiotik vede k vzniku [rezistence \(odolnosti\) bakterií na antibiotika](#).

Zdroj obrázků v textu: Shutterstock.com

Zdroj informací: [antibiotickarezistence.cz](#)

[antibiotika dětské nemoci](#) [infekční onemocnění](#) [jak užívat léky](#) [léky letní](#)
[onemocnění](#) [virová onemocnění](#)

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz