



Grlobolja, osjećaj grebanja, otežan govor ili otežano gutanje su česti u zimsko doba godine. Upale grla spadaju među najčešće razloge posjeta liječniku obiteljske medicine. Grlo, odnosno ždrijelo, je vrlo važan dio našeg tijela u kojem se susreću putovi gutanja i disanja. Ima tri osnovne zadaće, a to je da štiti donje dišne putove i probavni sustav, sudjeluje u procesu gutanja te stvara rezonanciju i omogućava artikulaciju govora.

### **Kontakt s patogenim virusima**

U tome mu pomaže slina koju luče žlijezde slinovnice. Ona vlaži i razmekšava uzetu hranu, mehanički čisti usnu šupljinu te uništava bakterije, jer sadrži baktericid tiocijanat. Ždrijelo je, nakon usne šupljine, prvo izloženo vanjskim utjecajima, a zbog velike koncentracije limfatičkog tkiva (koje ima zaštitnu ulogu) jako reagira na upalu. Pri akutnim infekcijama riječ je o prevazi patogenih organizama u sluznici nad normalnom (fiziološkom ili komenzalnom) florom. Za to je potreban kontakt osobe s patogenim klicama te imuna prijemčivost osobe kako bi se patogene klice mogle razmnožiti. Od imunskog odgovora osobe ovisi hoće li se upala razviti, kako će proteći, stoga isti uzročnik može u različitim ljudi prouzročiti vrlo različite kliničke slike.

### **Koliko je učestala grlobolja?**

Infekcije gornjeg dišnog sustava se javljaju tokom cijele godine, a češće su zimi i početkom školske godine. Djeca obole od grlobolje tri puta češće od odraslih osoba te predstavljaju prirodni rezervoar virusnih infekcija. Infekcije gornjeg dišnog sustava se javljaju tokom cijele godine, a češće su zimi i početkom školske godine. Virus se u obitelji prenosi s jednog člana na drugoga, a članovi obitelji se razbole u dvodnevnom do petodnevnom razmacima.

### Bakterijske upale

S druge strane, bakterijske upale se nešto teže prenose, iako nije rijetko da se razboli više članova obitelji. Osim virusa i bakterija, grlobolju mogu uzrokovati i neki drugi čimbenici. Tako su npr. neki od mogućih uzročnika i alergije, suh zrak u prostoriji u kojoj pacijent boravi, vanjsko zagađenje zraka, disanje na usta, naprezanje mišića grla (na jako bučnim mjestima), pa čak i gastroezofagealna refluksna bolest (GERB) koja je dosta česta, a karakterizirana je vraćanjem sadržaja iz želuca u jednjak.

### Klinička prezentacija



Virusne infekcije generalno imaju postupan početak uz slabije izražene opće simptome, dok bakterijske infekcije kreću brzo s jačim simptomima. U ordinaciji obiteljske medicine se u pravilu usredotočimo na procjenu lokalizacije upale te je li najvjerojatniji uzročnik virus ili bakterija. Češći uzročnici su virusi i pritom takve grlobolje možemo liječiti sami, a njihov tijek je samoograničavajući. S druge strane, bakterijske upale grla iziskuju liječničku skrb i primjenu antibiotika. Neopravdano uzimanje tih preparata dovodi do razvoja rezistencije na antibiotike, pa je potreban oprez kod uzimanja.

Glavne značajke virusne infekcije su postupan početak, subfebrilitet (aksilarna tjelesna temperatura do 38 °C), slabije izraženi opći simptomi, iscjedak iz nosa i očiju, pocrvenjele spojnice i otečena nosna sluznica, grlobolja i promuklost, kihanje i kašalj, kao i otečeni limfni čvorovi na vratu. Glavne značajke bakterijske infekcije su nagli i brzi početak, visoka tjelesna temperatura, zimica, tresavica, jako izraženi opći simptomi, kao i izrazito crveno ždrijelo u kojem mogu biti prisutni brojni gnojni čvorići.

### Liječenje grlobolje

U većini slučajeva akutne grlobolje dovoljno je simptomatsko liječenje i odmaranje. Pacijentu treba objasniti da je uzročnik vjerojatno virus, te da pri takvim infekcijama antibiotici nisu od koristi. Samo kod dokazane streptokokne (ili neke druge bakterijske) etiologije uz simptomatsku terapiju je potrebna i antimikrobna terapija. "Čekati i vidjeti" je koncepcija liječenja pri kojoj bolesnik nakon pregleda liječnika ne dobije specifičnu terapiju, a u dijagnostičkom postupku se ne poduzimaju druge pretrage, nego se čeka da bolest prođe prirodnim tokom i uz pomoć simptomatske terapije.

Prvi lijek izbora u simptomatskoj terapiji je *paracetamol*. Paracetamol se uobičajeno dozira četiri puta na dan, a iznimno se može dati i šest puta. Ukupna dnevna doza paracetamola u djece ne smije prijeći 90 mg/kg zbog potencijalne hepatotoksičnosti lijeka. U simptomatskoj terapiji se mogu primijeniti i nesteroidni protuupalni lijekovi (engl. "non-steroidal anti-inflammatory drugs"; **NSAID**). Acetilsalicilna kiselina (ASK) se može primijeniti u odraslih, ali ne i u djece mlađe od 12 godina.

Grgljanje *slane vode* (jedna četvrtina kuhinjske žlice otopljene u 2 decilitra vode), čaja od *kadulje* ili antiseptične tekućine (heksetidin) može se preporučiti odraslim bolesnicima. Pastile koje sadrže lokalne anestetike također se mogu preporučiti bolesnicima odrasle dobi, kao i starijoj djeci. Tradicionalna i vrlo učinkovita je upotreba kadulje. Ona sadrži tujon, koji ima antibakterijsko, antifungicidno i antivirusno djelovanje. Važno je napomenuti da tujon u većoj količini ima toksično djelovanje, pa se sredstva na bazi kadulje (kojima se ispire grlo) treba ispljunuti nakon grgljanja.

[Plivazdravlje.hr](http://Plivazdravlje.hr)

## VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}