Pranešimas žiniasklaidai

2026-01-12

**Šeimos gydytoja: kosint griebtis antibiotikų – didelė klaida**

**Sausas, dirginantis kosulys, nepraeinantis savaitėmis, dažnai laikomas užsitęsusio peršalimo pasekme. Visgi, priklausomai nuo kosulio trukmės ir lydinčių požymių, jis gali signalizuoti ir apie rimtesnius sveikatos sutrikimus. Apie tai, kuo skiriasi ūmus ir lėtinis kosulys, kada jis tampa žalingu organizmui ir kokių signalų nevertėtų ignoruoti, pasakoja Slengių šeimos klinikos „Meliva“ (anksčiau – „InMedica“) šeimos gydytoja Raminta Liebienė.**

„Kosulys yra natūrali organizmo apsauginė reakcija į kvėpavimo takus dirginančias medžiagas ir svetimkūnius. Jo metu iš kvėpavimo takų pašalinamos kenksmingos dalelės, virusų likučiai ir uždegiminis sekretas, todėl trumpą laiką trunkantis simptomas dažniausiai yra naudingas. Tuo metu užsitęsęs, varginantis kosulys, kuris ima trikdyti kasdienę veiklą, gali būti žalingas sveikatai. Tiek trumpalaikį, tiek ilgalaikį kosulį svarbu gydyti“, – sako šeimos gydytoja.

**Ūmus ir lėtinis kosulys**

Yra du pagrindiniai kosulio tipai: ūmus ir lėtinis. Ūmus kosulys dažniausiai pasireiškia sergant virusinėmis infekcijomis ir trunka iki trijų savaičių. Dažniausios jo priežastys yra ūminis bronchitas, sinusitas bei aplinkos dirgikliai, pavyzdžiui, dulkės. Kosulys, besitęsiantis nuo trijų iki aštuonių savaičių, vadinamas užsitęsusiu.

„Lėtiniu laikomas toks kosulys, kuris trunka ilgiau nei aštuonias, o vaikams – ilgiau nei keturias savaites. Dažniausios priežastys gali būti gastroezofaginis refliuksas, atipinių sukėlėjų sukelti bronchitai ar pneumonijos, astma. Taip pat lėtinė obstrukcinė plaučių liga, balso stygų ir gerklų ligos, vaistų sukeltas nepageidaujamas poveikis ir onkologinės ligos. Kai kuriais atvejais lėtinis kosulys gali būti ir širdies ligų simptomas, ypač jei jį lydi dusulys ar galūnių tinimai“, – pasakoja R. Liebienė.

Ūmus kosulys dažniausiai atsiranda staiga ir pirmosiomis dienomis būna sausas, dirginantis. Jį neretai lydi kiti kvėpavimo takų simptomai: sloga, gerklės skausmas, karščiavimas. Maždaug trečią ligos parą kosulys dažniausiai tampa drėgnesnis, lengviau atsikosėjama, o vėliau palaipsniui rimsta.

Lėtinis kosulys pradžioje taip pat dažniausiai būna sausas, tačiau laikui bėgant nekinta. Jis gali varginti tam tikru paros metu, pavyzdžiui, rytais ar naktimis, būti lydimas dusulio ar skrepliavimo. Kai kuriais atvejais lėtinis kosulys išsivysto kaip ūminio kosulio pasekmė, kai pastarasis buvo nepakankamai arba netinkamai gydytas.

**Nenuvertinti kosulio keliamos grėsmės**

Su ūmiu kosuliu dažniausiai susiduria vaikai ir jauni žmonės po įvairių virusinių infekcijų. Tuo metu lėtinis kosulys labiau būdingas vidutinio ir vyresnio amžiaus žmonėms, ypač sergantiems lėtinėmis ligomis ar dirbantiems kenksmingomis sąlygomis.

Pasak šeimos gydytojos, jei kosulys tęsiasi ilgiau nei tris savaites ir negerėja, atsiranda švokštimas ar nuolatinis skrepliavimas, ypač jei skrepliuose pastebima kraujo, vertėtų neatidėlioti vizito pas savo šeimos gydytoją. Pasikonsultuoti su juo naudinga ir tais atvejais, kai kosulį lydi stiprus dusulys ar krūtinės skausmas, nuolatinis karščiavimas, naktinis prakaitavimas.

„Siekiant išsiaiškinti kosulio kilmę, pirmiausia gydytojas įvertins paciento būklę ir atliks auskultaciją. Prireikus paskirs kraujo tyrimus, plaučių rentgenogramą. Kai kuriais atvejais gali būti atliekami specifiniai tyrimai dėl atipinių infekcijų, kokliušo, alergijų ar tuberkuliozės, taip pat kvėpavimo funkcijos tyrimai“, – vardina šeimos gydytoja.

Priklausomai nuo kosulio priežasties ir jį lydinčių simptomų, gydymui gali būti taikomos inhaliacijos, pastilės, kosulį slopinantys vaistai ar sirupai, mukolitikai, greitai veikiantys bronchus plečiantys vaistai ar trumpalaikio poveikio gliukokortikoidai. „Didelė klaida, kai norėdami greitai pasveikti žmonės griebiasi antibiotikų, nors jie virusinių susirgimų negydo. Taip pat dažnai netinkamai parenkami vaistai, pavyzdžiui, sausam kosuliui vartojami mukolitikai, kurie tokiu atveju nepadės, nes dar nėra sekreto, kurį būtų galima skystinti“, – sako R. Liebienė.

**Kosulį svarbu gydyti**

Negydomas ir ilgiau nei tris savaites trunkantis kosulys gali tapti lėtiniu ir komplikuotis į lėtinį bronchitą. Tuomet uždegimas vystosi bronchų gleivinėje, o ligos eigą gali pasunkinti įvairios infekcinės ligos.

„Lėtinis kosulys vargina ne tik fiziškai, bet ir emociškai. Jis gali sukelti galvos, krūtinės ląstos ir pilvo sienos raumenų skausmus. Stiprus kosulys kartais išprovokuoja klajoklio nervo sudirginimą, vėmimą, virškinimo sutrikimus ir nerimą. Be to, sutrinka miegas, nes kai kurios kosulio formos ypač sustiprėja naktį, gulint horizontalioje padėtyje. Dėl ilgalaikių miego sutrikimų gali suprastėti ir kitų organizmo sistemų veikla“, – dalinasi Slengių šeimos klinikos „Meliva“ šeimos gydytoja R. Liebienė.

Siekiant sumažinti kvėpavimo takų ligų riziką, naudinga atsisakyti žalingų įpročių, ypač rūkymo, įvertinti, ar gyvenamoji bei darbo aplinka nekenkia sveikatai. Taip pat svarbu vengti kontakto su žmonėmis, sergančiais tuberkulioze ar kitomis respiracinėmis infekcinėmis ligomis, laikytis subalansuotos mitybos ir mažinti stresą.