



Хронический кашель

Кашляют время от времени абсолютно все. У здорового человека кашель выполняет защитную функцию: с его помощью из дыхательных путей удаляются субстанции, раздражающие легкие, в том числе дым и пища, попавшая не в то горло. Кашель может быть также признаком отдельных заболеваний, таких как хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) или грипп.

Однако у некоторых людей кашель не проходит в течение многих месяцев или даже лет. По мнению экспертов, такого рода кашель может встречаться у каждого десятого.

В данном информационном листке можно ознакомиться с информацией о симптомах хронического кашля, его причинах и иницирующих факторах, а также с некоторыми способами его лечения.

Хроническим называется кашель, который длится дольше восьми недель и протекает при отсутствии следующих симптомов: отхаркивание крови, хрипы с которыми не удается справиться, сильная одышка, потеря веса, слабость, сонливость и боль.

▶ Кто страдает хроническим кашлем?

Как правило, это состояние встречается у людей старшего возраста, чаще всего в возрасте около 50 лет. У женщин хронический кашель наблюдается в два раза чаще, чем у мужчин.

▶ Каковы основные причины и иницирующие факторы хронического кашля?

Хронический кашель может развиваться на фоне другого заболевания: например, астмы, ринита (заложенность носа, насморк или зуд в носу), ХОБЛ или интерстициального заболевания легких (ИЗЛ). Несмотря на то, что наличие кашля может объясняться этим, во всем мире медицинские специалисты рекомендуют специально лечить кашель, даже если он сопутствует другому заболеванию.

Вот некоторые важнейшие причины:

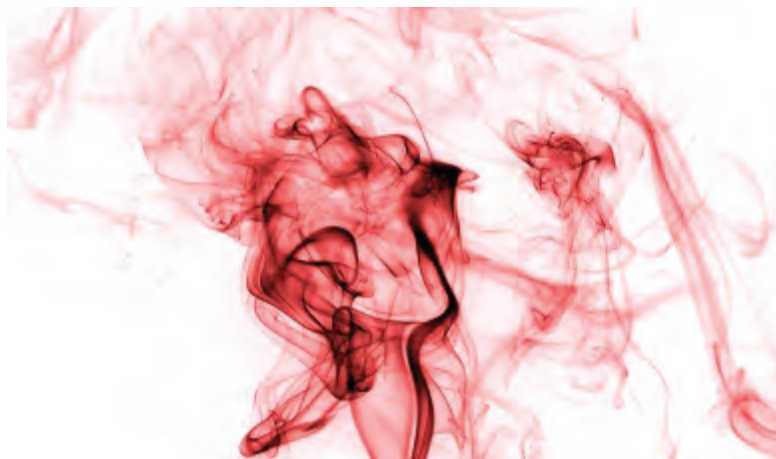
- рефлюкс (подъем) содержимого желудка по пищеводу в глотку;
- повреждение нервов;
- воспаление дыхательных путей;
- нарушение в верхних дыхательных путях, например синусит с воспалением носовых пазух.



Приступ кашля может быть вызван у больного хроническим кашлем воздействием определенных факторов.

Ниже приводятся основные инициирующие факторы:

- раздражители: например, табачный дым, изделия с отдушкой и загрязнения;
- изменения в физической активности;
- жаркие или холодные окружающие условия или перемещение в другие условия, например, при выходе из дома в холодный день;
- разговор или пение;
- лежание;
- утренний подъем;
- прием пищи.



© iStockphoto.com/filipw

▶ Каковы симптомы хронического кашля?

Основной симптом хронического кашля — это собственно кашель, но он может проявляться у разных людей по-разному, в том числе в плане частоты и продолжительности приступов.

Другие возможные симптомы:

- постоянное чувство щекотки в груди и горле;
- чувство раздражения или зуда в груди и горле;
- хриплый голос или другие проблемы с голосом;
- чувство заложенности горла;
- странный вкус во рту;
- потери сознания (кашлевые обмороки);
- недержание (проблемы с удерживанием мочеиспускания или кала).

Хронический кашель может серьезно сказываться на качестве жизни больного. Поскольку приступы кашля могут сопутствовать, например, приему пищи и говорению, больной может испытывать ограничения в общении и чувство изолированности.

Люди, страдающие хроническим кашлем, часто беспокоятся о неудобствах, которые их кашель причиняет супругам, родным и друзьям, и опасаются, что кашель будет мешать повседневному общению — например, походам в кино или ресторан.

«Мне всегда было стыдно кашлять рядом с другими людьми. Я работала руководителем по лечебной работе в крупной организации, где приходилось часто участвовать в собраниях.

Если мне надо было выступить, приходилось пить воду литрами, чтобы смачивать горло, и не есть весь день, так что к вечеру я чуть не падала от голода».

Сью Нельсон, Великобритания, страдает хроническим кашлем в течение 17 лет.

▶ Как диагностируют хронический кашель?

Несмотря на чрезвычайную распространенность этого состояния, многим больным бывает трудно добиться постановки диагноза в силу недостаточного понимания и осведомленности об этом заболевании среди медицинских работников.

Для постановки диагноза хронического кашля врачу обычно требуется задать пациенту вопросы о кашле, в частности выяснить, в какое время по утрам случаются приступы, а также установить наличие других симптомов.



©iStockphoto.com/shironosov

В качестве метода диагностики хронического кашля широко применяется опросник Hull Airway Reflux Questionnaire (HARQ). В него включены вопросы по частоте таких симптомов, как хрипота или проблемы с голосом, кашель во время еды и во время говорения.

▶ Как лечат хронический кашель?

Для лечения хронического кашля существует целый ряд методов. В разных случаях эффективны разные методы, так что для поиска оптимального лечения может потребоваться опробовать несколько вариантов.

Наиболее распространенными являются следующие группы препаратов:

- Прокинетики: препараты, вызывающие сокращение пищевода и сжатие сфинктера между пищеводом и желудком;
- препараты для подавления кашля типа антигистаминных и содержащих низкие дозы морфина.

Ваш лечащий врач может предложить вам попробовать один из этих препаратов, в зависимости от типа кашля.

Для изучения эффективности существующих способов терапии, а также поиска новых методов успешного лечения хронического кашля требуются дополнительные исследования.

В настоящий момент проводятся испытания нескольких новых препаратов, в частности, воздействующих на нервные окончания, которые вызывают чувство раздражения. Предварительные результаты этих испытаний внушают оптимизм, однако, прежде чем препараты будут доступны пациентам, необходимы дополнительные исследования.

▶ Существуют ли иные способы устранения симптомов?

Поскольку кашель у всех проявляется по-разному, больные стараются найти свои действенные способы борьбы с кашлем.

Пациентам с лишним весом даже небольшое похудение помогает снять тяжесть приступов кашля.

Исследования показали, что специальные логопедические сеансы также могут быть эффективны в устранении кашля.

Вот как больные хроническим кашлем борются с симптомами хронического кашля.

«Для предотвращения приступов астмы и кашля я стараюсь как можно больше двигаться. Много гуляю, катаюсь на велосипеде и плаваю, это мне хорошо помогает».

Бетти Франкмелле, Голландия, страдает хроническим кашлем и астмой.

«Я всегда ношу с собой воду, потому что, когда начинаю говорить, у меня слабеет голос и начинается кашель. Стараюсь не бывать в жарких местах и тепло одеваться и закрывать рот, выходя на холод. А также обязательно принимаю лекарства строго по рецепту».

Сью Нельсон, Великобритания, страдает хроническим кашлем в течение 17 лет.

«Я учусь следить за своим дыханием, чтобы как-то управлять ситуацией, и в определенной степени это работает».

Инг-Мари Остерлунд, Великобритания, страдает хроническим кашлем в течение 10 лет.



► Каким образом медицинские специалисты лечат хронический кашель?

Некоторое время назад международное медицинское сообщество выпустило новые рекомендации по лечению хронического кашля, в которых впервые предлагается лечить хронический кашель как самостоятельное заболевание. Эти рекомендации будут распространены среди медицинских работников по всей Европе с целью повышения осведомленности о хроническом кашле и помочь в диагностике и лечении этого состояния.

Специалисты надеются, что новое определение хронического кашля позволит большему количеству пациентов получить должное лечение, а также станет стимулом для дальнейшего исследования этого синдрома и причин его возникновения с целью повышения качества лечения, ухода за людьми, страдающими хроническим кашлем, и их поддержки.

С резюме экспертного отчета по хроническому кашлю можно ознакомиться по адресу: <http://erj.ersjournals.com/content/44/5/1132.abstract>



Фонд ELF был основан Европейским респираторным обществом (ERS) с целью объединения пациентов, общественности и специалистов в области заболеваний органов дыхания для развития и совершенствования респираторной медицины. Фонд ELF занимается проблемами здоровья легких в странах Европы и привлекает к совместной деятельности ведущих европейских медицинских экспертов для информирования пациентов и привлечения большего внимания общественности к заболеваниям легких.

Этот материал был подготовлен при поддержке профессора Эйлин Морис (Alyn Morice), Сью Нельсон (Sue Nelson), Бетти Франкемелле (Betty Frankemölle), Джилл Адамс (Jill Adams) и Инг-Мари Остерлунд (Ing-Marie Osterlund).