

Prevenција depresije kod mladih lekara i pedijataru Prevention of Depression in Young Physicians and Pediatricians

Zorica Živković^{1,2}, Ivana Filipović, Vesna Veković¹, Jasmina Jocić-Stojanović¹

¹Dečja bolnica za plućne bolesti i tb, KBC Dr Dragiša Mišović, Beograd Srbija

²Farmaceutski fakultet Novi Sad, Privredna Akademija, Novi Sad, Srbija

Kašalj je jedan od najčešćih simptoma, koji prati infekcije gornjih i donjih disajnih puteva u dečjem uzrastu. Pored teškoća koje dete oseća: nemogućnost disanja kroz nos, otežano disanje i gutanje, slivanje sekreta i noćni napadi kašlja sa povraćanjem, roditeljske frustracije su čak intenzivnije. Razumna objašnjenja koja im možemo pružiti su skoro uvek nedovoljna, a savet da se ne sprovode opsežna ispitivanja i agresivno lečenje u akutnim fazama i naročito kod prethodno zdrave dece, smatraju neprofesionalnim pristupom njihovom problemu. Zimski period je sezona akutnih virusnih infekcija, oboljevaju deca svih uzrasta, stepen težine bolesti je različit u odnosu na uzrast i prethodno stanje, ali je sigurno to period najvećeg opterećenja zdravstvenih službi zbog ovog naročitog simptoma – kašlja i to u svim mogućim oblicima. (1,2)

Žalbe na suvi pepajuću kašalj, koji zatim postaje vlažan i sočan "pušački" kako najčešće opisuju roditelji, da bi usledio i treći krug, ponovo suvog grebućeg kašlja, nikako nije lako rešiti savetima, smirivanjem ili ignorisanjem. Drugim rečima, moramo biti spremni da ponudimo opciju, koja će zadovoljiti sve kriterijume, a najpre pomoći obolelom detetu, koje se sigurno najviše i muči, iako roditelji iscrpljeno navode kako noćima već ne spavaju, pouzdano tvrdeći da je njima najteže. (3,4)

U tom trenutku se ogleda spremnost lekara i pedijatra da savlada naizgled nerešive situacije. Sa pozicije nezaštićenog lekara koji se bave decom i njihovim roditeljima, odgovorno tvrdimo da je najveći uspeh pronaći način i metod da se učestalost, intenzitet i vrsta kašlja izmere. Najveći broj umnih naučnika u literaturi navodi subjektivne metode za merenje kašlja kao najdostupnije.

One obuhvataju jedinstveni sistem to jest "kašljomer" na osnovu: vođenja pisanih dnevnika o svim aspektima kašlja u toku dana i noći. Instrumenti koji se primenjuju radi objektiviranja kašlja su vizuelno analogna skala (VAS je skala dužine 100mm, na kojoj pacijenti označavaju težinu kašlja tokom dvonedeljnog praćenja. 0 bez kašlja, 100mm težak kašalj), kao i verbalna skala. (5,6)

Pokušaji da se skale modernizuju, te na primer sličicama koje liče na internet igrice, približe deci, još uvek nisu ispunile sva očekivanja. I što je još važnije, izmereni i procenjeni kašalj, prema VAS ne daje nam jasnu preporuku za terapijski pristup. (7)

Znači, ostaje nam iskonska domišljatost plemenskog vrača, pozitivan stav prema detetu i sveobuhvatno znanje da

savetujemo primenu preparata koji rešavaju problem sa najmanje nepoželjnih i nepotrebnih agresivnih mera. Najdelotvornije ćemo pristupiti ako savetujemo primenu biljnih preparata, što je praksa i u drugim zemljama, koje se osim dobrostojećih zdravstvenih i socijalnih službi, mogu pohvaliti i dokazima vrednim tvrdnjama o prihvatljivosti herbalne medicine.

Herbalna terapija se može koristiti u prevenciji, i kao dodatna terapija kod početnih ili razvijenih formi kašlja kod dece i odraslih. Objavljeni su rezultati dvostruko slepo kontrolisanih studija i pokazale su da preparati na biljnoj bazi imaju potencijal u prevenciji kašlja, prehlade, gripa, ali i kao pomoćno sredstvo u razvijenim formama bolesti praćenih kašljem. Pouzdano znamo da je najveći broj infekcija virusne etiologije i samim tim ne zahtevaju antibiotsku primenu, i uloga lekara je da pravilno procene potrebu za antibiotikom, a ako takva ne postoji, da savetuju preparate, koji imaju olakšavajuće dejstvo. (8,9,10)

Fitoterapija

Jedan od prvih proizvoda prirode koji je ljudima bio dostupan za ishranu bio je med. Med u svom sastavu ima organske kiseline, aminokiseline, polen, etarska ulja, flavonoide, vitamine i minerale, te druge vredne sastojke. Šećeri sadržani u medu su fruktoza (oko 41%), glukoza (34%), te saharoza (1–2%). (11,12,13) Od vitamina, med sadrži B1, B2, B5, B6, C, D, E, K, a od minerala – natrijum, kalijum, kalcijum, fosfor, magnezijum, gvožđe, cink, jod, bakar, hrom i selen. Najpoznatije lekovito svojstvo meda jeste olakšavanje simptoma gripa i prehlade, te drugih bolesti respiratornog trakta, kao što su bronhitis, upala grla i sinusa (14).

Povoljno dejstvo meda se može pojačati dodavanjem lekovitog bilja, takve kombinacije su efikasne u lečenju kašlja dece, u najranijim fazama, kada se još ne može ni sigurno utvrditi koja će komponenta kašlja prevagnuti. (15) Mogućnost da se ne uvode antibiotici, a da se ipak započne lečenje deteta, i u toku faze febrilnosti i akutnih tegoba, kao i u slučaju produženog i mešovito kašlja, odličan je način da se roditelji uvere u snažnu volju lekara da pomogne, da povrati detetu i njegovom okruženju miran san, normalne dnevne aktivnosti, prirodan način za preživljavanje respiratornih tegoba. (16)

Acknowledgments

This work was supported by the Ministry of Education, Science and Technological Development, Republic of Serbia (Grant No. III41004).

This publication has been funded by ENTÉR-CHILD (COST Action CA16125); ENTÉR-CHILD is funded by COST through European Framework Horizon 2020 support.

Literatura

1. Morice AH, Millqvist E, Belvisi MG, Bieksiene K, Birring SS, Chung KF, et al. Expert opinion on the cough hypersensitivity syndrome in respiratory medicine. *European Respiratory Journal* 2014 ; 44:1132-1148. DOI: 10.1183/09031936.00218613
2. Kantar A, Shilda M, Cardinale F, Chang B.A. Cough. In: Eber E, Midulla F, editors. *ERS Handbook of Respiratory Medicine*. 1st ed. Sheffield: Charlesworth Press 2013. P 44–48.
3. Brignall K, Jayaraman B, Birring SS. Quality of life and psychosocial aspects of cough. *Lung* 2008; 186 (suppl 1):S55–58.
4. Chang A.B. Therapy for cough: where does it fall short? *Expert Rev Respir Med* 2011; 5: 503–513.
5. Birring SS, Prudon B, Carr AJ, Singh SJ, Morgan MDL, Pavord ID. Development of a symptom specific health status measure for patients with chronic cough: Leicester Cough Questionnaire (LCQ). *Thorax* 2003; 58: 339–343.
6. Surinder S, Birring S. Controversies in the Evaluation and Management of Chronic Cough, *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine* 2011; 183 (6): 708–715.
7. Gibson P.G, et al. CICADA: Cough in Children and adults diagnosis and assessment. *Australian Cough Guidelines summary statement*. *Med J Aust* 2010; (192): 265–271.
8. E. S. C. O. P. Monographs. "The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products", ESCOP, the European Scientific Cooperative on Phytotherapy. Argyle house, Gandy Street, UK. Second Edition. 2009; suppl, 216-221.
9. Srivastava et al. Chamomile: A herbal medicine of the past with bright future. *Mol Med Report* 2010; 6:895–901.
10. Bhateja S, Geetika A. Therapeutic benefits of holy basil in general and oral medicine: A Review. *Int J Res Ayur Pharm* 2012;3(6):761-764.
11. Paul I.M, Beiler J, McMonagle A. et al. Effect of honey, dextromethorphan, and no treatment on nocturnal cough and sleep quality for coughing children and their parents. *Arch Pediatr Adolesc Med*. 2007; (161): 1140–1146.
12. Ashkin E, Mounsey A. A spoonful of honey helps a coughing child sleep. *Journal of Family Practice*. 2013; 62 (3): 145–147.
13. Cohen H.A, Rozen J, Kristal H. et al. Effect of honey on nocturnal cough and sleep quality: a double-blind, randomized, placebo-controlled study. *Pediatrics*. 2012; (130): 465-471.
14. Baljosevic I, Bajec-Opancina A, Subarevic V, Stankovic K, Novkovic M, Agic A and Filipovic I. Effects of herbal medicine on acute cough and quality of life in children and their parents - A prospective real life study. *Trends Med*, 2019 Vol 19: 4-5. doi: 10.15761/TIM.1000173
15. Vesna Veković , Davor Korčok , Jasmina Jocić Stojanović Olivera Ostojić , Svetlana Mitrović , Predrag Veljković , Zorica Živković. Iskustva sa biljnim preparatima u terapiji kašlja kod dece. *Timočki glasnik*, 2015, 4 : 248-258.
16. Prijčić A. Ostojić O, Jocić-Stojanović J, Živković Z, Veković V, Korčok D, Agić A. Lečenje simptoma i prevencija respiratornih infekcija kod dece dijetetskim suplementom –efikasnost i kvalitet života. *Prev Ped*, 2018; 4(1-2): 61-66

Primljeno/Received: 10. 02. 2019.

Prihvaćeno/Accepted: 07 .03 .2019.

Correspondence to:

Prof. dr Zorica Živković
zoricazivkovic@yahoo.com
editor-upps@preventivnapedijatrija.rs
