

Boj s vetřelcem zvaným chřipka

JAN JELÍNEK

Boj s chřipkou, to je filmový souboj s vetřelcem na galaktickém korábu. Příšera se dostala dovnitř a postupně vysává jednoho astronauta za druhým. Bere si jejich sílu, mohutní a množí se. Posádka vyhláší poplach a snaží se zabít všechny prostředky zlikvidovat. Utrpí přitom řadu šrámů, krvácí, ale ve správném filmu nakonec vítězí.

Tady ovšem analogie končí. Chřipková epidemie není hollywoodský trhák, zpravidla sice končí šťastně, ale občas se na ni i umírá. Těch pár dní, co s ní zápasíme, se náš organismus musí velmi snažit, aby vyhrál. Zkusme se podívat, jak taková bitva vypadá.

1. den: Virus zaútočil, ale ještě o tom nevíme

Všude kolem poletují viry chřipky. Jsou menší než nic, ale zato útočí po miliardách. Pohybují se velmi rychle a působí i na relativně velké vzdálenosti. Nejvíce jich je v okolí těch, kteří právě chřipku mají. Tím, jak kašlou, kýchají, dýchají a mluví, je vypouštějí do prostoru. Vetřelec se díky nim může množit a hledat další oběť. Najde ji ve chvíli, kdy se dostane na sliznici horních cest dýchacích, do nosohltanu.

Virus na nás ovšem nemusí skočit přímou cestou - z krku do krku, i když tento přenos je nejběžnější. Chřipka je zřejmě, jak ukázaly některé pokusy, i nemocí z nemytých rukou.

V onu chvíli, kdy se viry dostanou na sliznici dýchacího traktu, začíná dílo zkázy. Člověk to ovšem nijak nepozná, nebolí to, ani nešimrá. Ale i kdybychom to tušili, už bychom stejně nemohli nic dělat. Nejsme-li očkovaní, čeká nás přibližně sedm nepříjemných dnů. Pokud ovšem nenastanou komplikace.

Náš imunitní systém už mezitím vyhlásil alarm a zjišťuje, co se to vlastně děje.

Virus chřipky se svými drápkami zachytil na povrchu sliznice, kterou začíná nahlodávat a ničit. Lze si ho představit jako kuličku s ostrými výstupky, jimiž se dokáže přichytit na sliznici podobně, jako se spojuje suchý zip. Jakmile se buňky chytne, začne vnikat do jejího jádra, tam pak ošálí její genetickou výbavu; takže buňka začne pracovat v jeho prospěch a umožní mu se rozmnožovat.

2. den: Tělo vyhlásilo poplach a je nám bídně

Milióny virů ničí naši sliznici. Z napadených buněk pučí v ohromných kvantech nové a nové viry, které okamžitě začínají parazitovat na dalších buňkách. Ty přitom hynou.

Náš imunitní systém už rozpoznal druh a místo nebezpečí a pouští se s viry do boje. Od chvíle, kdy viry začaly devastovat sliznici našeho krku, do vyhlášení imunitního poplachu a nasazení prvních bojových jednotek, uplynulo dvanact až čtyřicet hodin, někdy méně, jindy více.

Toto období naopak poznáme velmi dobře - z hodiny na hodinu začneme pociťovat všechny typické příznaky chřipky: zimnici, suchý kašel, slabost až těžkou schvácenost, bolesti kloubů a vůbec celého těla.

Teplota nám najednou vyskočí až ke čtyřicítce. Mohou nás pálit a bolet oči, obvykle špatně snášíme ostré světlo. Ani nemusíme chodit k lékaři, abychom věděli, co s námi je. Neboť pro chřipku je příznačné, že se její příznaky objeví náhle, z čistého nebe. Nic, a najednou je to tady.

A pak je ještě jedno dobré poznávací znamení - když onemocníme chřipkou, zpočátku nemáme rýmu.

Viry chřipky, které se - zatím - spokojeně množí, mohou ovšem za to, že je nám bídně, jen nepřímo. Bolest a malátnost jsou důsledkem mobilizace našeho imunitního systému. A ten, nadneseně řečeno, sbírá síly až z paty. Prostě hoří a hasiči se honem sjíždějí zdaleka.

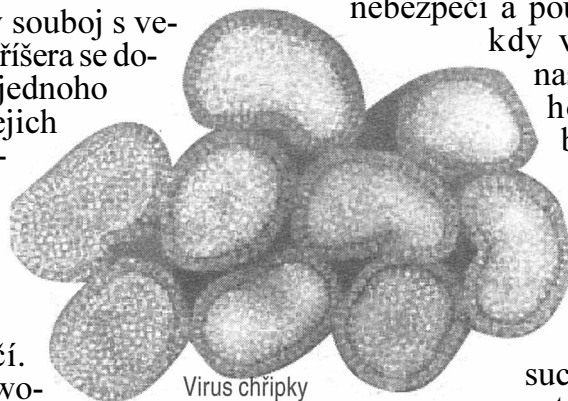
Naším organismem začnou k postiženému místu putovat četné divize bílých krvinek, které dokáží uvolňovat velmi účinné látky schopné znepříjemnit virům život. Další expanzi virů brzdí i horečka, protože vyšší tělesná teplota množení virů neprospívá.

Náš organismus je teď ve stresu. Aby zlikvidoval následky pohromy, musí podávat nadprůměrný výkon. Paradoxně si nyní nejvíce pomůže tím, že nebudeme dělat vůbec nic. Rozhodně to nechce zvýšenou námahu. Rada lékařů, že chřipku je třeba vyležet a dát tělu šanci, má ovšem ještě jeden význam. Když doma zalehneme do peřin, nebudeme šířit nákazu.

3. den: Lze čekat malý obrat k lepšímu

Chřipka nás deptá svou intenzitou. Záleží na věku, na schopnostech našeho imunitního systému a množství a typu virů, které jsme inhalovali. Děti snáší chřipku obvykle lépe, starší pacienti hůře. Třetí den, ale někdy čtvrtý, jindy pátý, si člověk může říct, že je mu o chlousek lépe. Horečka klesá, nepříjemný suchý kašel se mění, už pomalu začínáme vykašlávat hleny.

Kašel je - na rozdíl od ostatních příznaků - důsledkem přímého postižení řasinkového epitelu na sliznici. Představme si kartáček, jehož štětinky neustále kmitají směrem ven a snaží se tak dopravovat



prýč hlen, který se tvoří i za normálních okolností. Během chřipky je kartáček poškozen, čištění neprobíhá, hlen se hromadí, a přitom ho sliznice produkuje více. A my zpočátku kašleme a kašleme, ale nic nevykašleme.

Pokud horečka nepřesáhne 38,5 °C, není třeba se vzrušovat.

4.-5. den: Čas obnovy a sbírání sil

Je zase o trochu lépe. Už vykašláváme hlen, byť bolest v krku je větší. Horečka klesla, naopak se nám možná spustila rýma.

Od samého počátku kontaktu s virem si organismus začal vytvářet protilátky. Zprvu v malém množství, ale tak od pátého dne už jsou zjištělné a účinné. Nedovolí viru, aby se přichytil ke sliznici, v podstatě ho obalí a zamezí mu, aby se dostal do těsného kontaktu s povrchem buňky. Metoda suchého zipu přestane fungovat, vir dobojoval.

Kromě této tzv. protilátkové imunity začne fungovat ještě mnohem efektivnější buněčná imunita. Díky ní se již buňky epitelu dokáží pronikání viru chřipky bránit. Prostě naše sliznice už se nenechá tak jednoduše zmást a zotročit jako na začátku nemoci.

V našich horních cestách dýchacích pomalu začíná generální úklid. Zničené tkáně jsou postupně nahrazovány novými, ty odumřelé vykašláváme. Obnova ovšem může trvat šest až osm týdnů.

Náš imunitní systém se vrací do normálu, všechny nepříjemné příznaky mizí jeden za druhým. Tedy až na ten kašel.

Bouřlivá imunitní reakce však náš organismus notně vyčerpala, celkově jsme oslabeni a čím lepší mu teď vytvoříme podmínky pro regeneraci, tím rychleji nabere původní sílu.

6.-7. den: Máme v krku magnet na bacily

Většinou máme vyhráno, jsme ještě slabí, ale už bychom se pomalu zvedali do práce. Lékař nám však může doporučit prodloužit neschopenku ještě o týden. Jakkoliv se totiž chřipka považuje za celkem banální onemocnění, někdy může mít komplikace, které nás mohou ohrozit na životě.

Když nám viry chřipky zničily v dýchacím ústrojí rozlehlé plochy sliznice, narušily tím i celistvost našeho obranného systému. V jindy neprostupné obranné linii najednou máme díru. A ta, než se zacelí, přitahuje jako magnet bakterie a plísně, které se běžně vyskytují všude kolem. Takže záhy mohou přijít druhotné komplikace. Průběh nemoci přitom

nejspíš bude horší, protože organismus je oslaben.

Ačkoliv se lékaři nejvíce obávají o naše zdraví v případech tzv. primárních infekcí, které jsou přímo vyvolány virem chřipky například zápalu plic, zánětu mozku či zánětu srdečního svalu, běžnější jsou tzv. druhotné bakteriální záněty. U dospělého se nejčastěji jedná o bakteriální zápal plic, u dítěte o zánět středního ucha.

Budeme-li mít smůlu, zápal plic nás zaskočí tak sedmý den po začátku chřipky. Lékař ho většinou dobře pozná. Má před sebou pacienta, jehož stav se zlepšil, ale pak se opět přehoupl k horšímu. Znovu teploty a kašel, také dušnost a zrychlený tep, sedimentace a krevní obraz jsou mimo normu, na rentgenovém snímku je patrné ložisko. Dostaneme antibiotika.

Kdo nemá protilátky, musí být ve střehu

Nejlépe je na tom letos ten, kdo se včas nechal očkovat. Odborníci se totiž docela strefili do odhadu, jak bude chřipkový vir vypadat, a ušili mu vakcínu téměř na míru.

A jak vakcína působí? V těle vzniknou stejné protilátky, které si jinak organismus vytváří, až když ho chřipka napadne. A jakmile se vir usadí na sliznici, protilátky mu nedovolí, aby začal vysávat buňku za buňkou. Chřipka se nám vyhne.

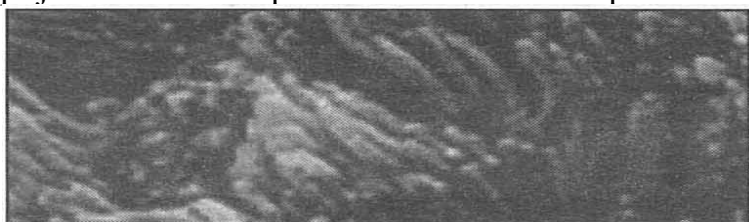
Zrada, jak známo, je jen v tom, že pokud se vědcům nepodaří příští podobu viru odhadnout, vyrobí se vakcína sice účinná, ale proti úplně jinému druhu chřipkového viru. Jinak řečeno - vakcína funguje, ale nehodí se.

Že patříte k oné drtivé většině, která se očkovat nenechala, a přitom se jí

chřipka vyhnula? Možná jste chřipku podobného typu, jako je ta současná, kdysi prodělali a máte v sobě dostatek protilátek. Nebo se pohybujete v prostředí, kde se chřipkové viry zatím moc nevyskytují. Důvod k radosti to není.

Epidemie ještě postupuje a v jejím závěru prý bývá průběh chřipky vždy horší, viry jako by se utruly z řetězu. Ostatně ona nechvalně známá španělská chřipka, která se objevila v roce 1918, nakazilo seji kolem půl miliardy lidí a až 30 milionů z nich zemřelo, měla dvě vlny. Ta první přišla zjara a měla lehčí průběh. Ta druhá pak na podzim s tragickými konci.

MF DNES 10. února 2001 - Článek vznikl ve spolupráci s MUDr. Janem Zichou, primářem imunologického oddělení pražské Nemocnice sv. Alžběty, s.r.o.



Mnohonásobně zvětšená sliznice. Vlevo zdravá, vpravo poničená virem chřipky