

RÝMA A JEJÍ LÉČBA

odborná redakce
Edukafarm

NEJČASTĚJŠÍM ZIMNÍM ONEMOCNĚNÍM, KTERÉ MŮŽE VÁS A VAŠE DĚTI POTRÁPIT, JE RÝMA. NOSNÍ SLIZNICE PŘEDSTAVUJE OCHRANNOU BARIÉRU LIDSKÉHO TĚLA PŘED INFEKcí, ZÁROVEŇ JE VŠAK ONA SAMÁ CÍLEM NEJRŮZNĚJŠÍCH MIKROORGANISMŮ, NEJČASTĚJI VIRŮ, KTERÉ JI MOHOU POŠKODIT.

Rýma je vysoce přenosné infekční onemocnění s inkubační dobou 2–3 dny. Jde o zánětlivé onemocnění sliznice dutiny nosní. Šíří se vzduchem a kontaktem, a to při běžném smrkání, kýčání, kašli či použití infikovaných předmětů. Mezi typický příznak patří pocit ucpaného nosu, jež ovšem nezpůsobují samotné hleny, ale otok nosní sliznice. **Nadbytečné smrkání proto nepomůže, naopak může uškodit. Při usilovném smrkání hrozí, že se viry rozšíří do vedlejších nosních dutin či do sluchové trubice, kde mohou způsobit zánět. Při smrkání se totiž zvýší tlak v oblasti nosohltanu, takže se vzduch logicky snaží uniknout jinam.**

JAK RÝMU LÉČIT A ZLEPŠIT PRŮCHODNOST NOSU

Při boji s nemocí tělo spotřebuje větší množství energie, proto je doporučenou léčbou především klid na lůžku a zvýšený příjem tekutin. Hydratace organismu navíc tělo chrání před vstupem další infekce. Vhodný je zejména horký bylinkový či ovocný čaj. Vynechte čaj černý, ten odvádí z těla vodu a tím přispívá k zahuštění hlenu. To samé platí i o stoprocentních ovocných džusech. Léčebný účinek čajů umocníte přidáním citrónu, který je bohatý na vitamin C. Průchodnost nosu zlepší aplikace nosních kapek a sprejů, jež jsou běžně dostupné v lékárně. Odstraní nadbytečné množství hlenu a zmírní podráždění i otok sliznice.

Stále větší obliby se dostává prostředkům s obsahem přírodního solného roztoku ve formě sprejů, které nos uvolní šetrně a jsou vhodné i pro dlouhodobé užívání. Obsažené soli mají různou koncentraci, kdy každá z nich má specifický význam. Právě hypertonické roztoky s vyšší koncentrací jsou vhodné při léčbě rýmy a nachlazení. Nosní sprej Physiomer Hypertonický obsahuje 100 % přírodní neředěné mořské vody. Jde o zdravotnický prostředek s klinicky ověřeným účinkem. Uvolní nosní průchod tím, že odvádí nadbytečnou tekutinu ze zduřelé nosní sliznice, zároveň ji očistí a zvlhčí.

Pokud rýmou onemocní ti nejmenší, nejedná se pouze o banální potíže, ale o vážnější zdravotní komplikaci, protože novorozenci dýchají hlavně nosem a neumějí ještě smrkat. Nezapomínejte, že nemůžete použít jakékoli kapky, které doma naleznete. **Vybírejte přípravky určené přímo pro děti.** Nosní sprej Physiomer Baby Hypertonický mohou užívat děti od jednoho měsíce věku, a to bez vedlejších efektů či hrozby návykovosti.

inzerce

PHYSIOMER®

Silnější než vaše rýma!



Šetrně uvolní
ucpaný nos

•
Pomáhá léčit
rýmu a nachlazení

•
100% přírodní
mořská voda

K dostání i v lékárnách

Dr.Max+



Zdravotnický prostředek