

öksürük deyip geçmeyelim!

Döksürük şikâyeti olan hastalar genellikle önce eczacıya başvurarak yardım isterler. Öksürük genellikle soğuk algınlığı ile ilişkili olup nedeni doğru olarak belirlendiğinde evde tedavisi mümkün olan bir rahatsızlıktır. Öksürüğün nedenlerine geçmeden önce, öksürük refleksinin nasıl oluştuğunu kısaca inceleyelim.

Öksürük refleksinin fizyolojisi

Öksürük refleksinin oluşması için öncelikle akciğerdeki öksürük reseptörlerinin uyarılması ve uyarının beyindeki öksürük merkezine iletilmesi gerekmektedir. Öksürük merkezine uyarının iletilmesinden sonra, vagal sinirler yardımı ile merkezden çevreye gönderilen sinyal, etkilenen organlara (diyafram, larenks, trake, bronş ve abdominal kaslar) ulaştırılır. Bu kas uyarısının sonucu öksürme başlar.

Öksürüğün kademeleri

Öksürüğü üç kademeli olarak açıklamak mümkündür.

Soluk alma

Öksürüğün soluk alma kademesinde, hasta öksürmeden önce genellikle derin bir nefes alır.

Sıkıştırma

Bu kademe, glotis (larenkste sesi meydana getiren iki ses plikasının arasındaki yarık şeklindeki kısım) daralır ve kapanır. Bu sırada bronş normal boşluk çapının en az % 50'si kadar daralır.

Dışarı itme

En son kademe, glotis aniden açılır ve hasta istemli olarak güçlü bir soluk verme refleksiyle gürültülü bir şekilde öksürür.

Öksürüğün yarar ve zararları

Öksürüğün hem yararlı hem de zararlı

olarak iki etkisi vardır ve tedavisi bu husus göz önüne alınarak belirlenmelidir.

Yüksek hava akımı hızı ve daralmış bronşlar nedeniyle, solunum yollarında biriken fazla mukus yukarı doğru hareket ettirilir ve hasta öksürerek solunum yollarında toplanmış mukus dışarı çıkartır. Hasta, sıklıkla eczacıya veya hekime hafif bir bronşiyal tıkanıklığı tarif eder. Eğer öksürük bahsedilen pulmoner salgıyı uzaklaştırabiliyor ise **yararlı öksürük** olarak değerlendirilir. Bu durumda **eczacı, hastaya bu yararlı öksürüğün devam etmesi gerektiğini önemle vurgulamalı ve bu durumda hastanın bol miktarda su veya sıvı alımı ile solunum yollarını kurutmaması gerektiğini ve ayrıca ekspektoran (balgam söktürücü) ilaç kullanmasını önerebilir.** İlave olarak, hastaya mukusu etkili bir biçimde uzaklaştıran bu **yararlı öksürük refleksini kaybetmesi** halinde pnömoni (zatürree, akciğer iltihabı) oluşabileceği de önemle vurgulanmalıdır.

Öksürüğün **zararlı** etkilerine gelince, şiddetli öksürük vakalarında solunum yollarının aşırı tahrişi sonucunda öksürük refleksinin sürekli uyarılması söz konusudur. Bu durumda kronikleşen ve rahatsız edici öksürük belirtilerinin tedavisinde öksürük kesici (antitüssif) ilaçların kullanılması önerilmelidir.

Öksürük tipleri ve eczacı ne yapmalı?

Öksürük nedenleri yukarıda bahsedildiği gibi solunum yolları enfeksiyonları ile ilişkili olabileceği kadar, bazı hastalıklar veya yaşam biçimi ile de ilişkili olabilir. Bunları da kısaca inceleyelim.

Astımlı hastalarda öksürük

Hırıltılı soluk alma, astım hastalarında yaygın görülmele beraber, bazı astım hastalarında öksürük en ağır basan şikâyet olarak karşımıza çıkabilir. Öksürüklü astım olarak bilinen bu durumda, hasta zamana bağlı olmaksızın yaygın ve yararsız kuru bir öksürük refleksi ile karşı karşıyadır. Hasta, özellikle kışın soğuk havalarda nefes alırken, egzersiz yaparken, viral nedenlerle solunum yolları enflamasyonu geliştirdiği zaman veya alerjik rinitli ise, bu öksürük şiddetle kötüleşir. **Bu hastalarda, teşhis yapılmadan önce öksürük kesici ilaçların kullanılması, teşhis konulmasını geciktirir.** Hekime müracaat edildiğinde hekimin astımla ilişkilendirebileceği klinik belirtileri görmesini engelleyebilir. *Eczacılar bu durumdaki hastalarda öksürüğü tedavi etmeye çalışmayıp, hastayı muhakkak hekime yönlendirmelidirler.*

ACE-inhibitörleri ile oluşan öksürük

Anjiyotensin Dönüştürücü Enzim (ACE) inhibitörleri hipertansiyonun tedavisinde ve konjestif kalp rahatsızlıklarında 1970'li yıllardan beri kullanılmaktadır. ACE-inhibitörü kullanan hastaların % 2-14'ü kronik öksürükten şikâyet etmektedirler. Bu şikâyetlerin ortaya çıkması tedavinin başlanmasını takiben 3-4 hafta ile 1 yıla kadar bir zaman sürecinde olabilir. Bu öksürük tipi hastaya rahatsızlık veren **zararlı öksürük** tipidir ve geceleri, özellikle hasta sırtüstü yatarken daha da kötüleşir. Bu nedenlerle ACE-inhibitörlerine bağlı olarak gelişen bu öksürük tipi, sıklıkla soğuk algınlığına bağlı yaygın öksürük tipiyle karıştırılarak teşhis edilemez. Kadınlar ve sigara içmeyenler

diğerlerine kıyasla ACE-inhibitörlerinin neden olduğu bu öksürük tipinden daha fazla şikâyet ederler. Bu tip öksürüğün hekim tarafından teşhisi yapıldığında, kullanılan ACE-inhibitörünün diğer bir ACE-inhibitörü ile değiştirilmesi veya hekim tarafından kullanılan ilacın dozunun düşürülmesi öngörülebilir. Eğer bunlarda sonuç vermez ise ilacın kesilmesi ile öksürük şikâyeti önlenir ve diğer bir grup antihipertansif ilâç tedavide kullanılır. *Bu tip öksürük şikâyetlerinde de eczacının hastayı hekime yönlendirmesi önemlidir.*

Sigara içenlerde öksürük

Sigara alışkanlığını bir yaşam biçimi haline dönüştürmüş kişiler sıklıkla öksürükten şikâyet ederler. Evde sigara içen ebeveynlerin çocuklarında da bu sebebe bağlı öksürük görülebilir. Solunum yolunda siliyer hücreler ve goblet hücreleri olmak üzere iki tip hücre dizisi vardır. Goblet hücreleri solukla alınan zararlı partikülleri (karsinogenler, bakteri ve virüsler) tutmak için gerekli mukusu salgırlar. Siliyer hücreler ise düzenli olarak hareket eden milyonlarca titrete tüy aracılığıyla mukusu tutulmuş bu partikülleri yukarı doğru taşıyarak hastanın mukusu ya öksürerek dışarı atmasını ya da yutmasını sağlarlar. Bu sayede mukokinez olarak adlandırılan bu proses ile sağlıklı bireyler pulmoner kanser, soğuk algınlığı ve enfluenza gibi hastalıklara karşı korunur. Normalde mukusun viskozitesi yeteri kadar düşük olup siliyer hücrelerle taşınmasına izin verir. Ancak, sigara içilmesi akciğerlerde oluşan mukusun hacminde ve viskozitesinde artış meydana getirir ve siliyer hücrelerin hareketinde de azalmaya neden olur. Böylece, bozulmuş olan mukosiliyer savunma sistemi mukusu uzaklaştırmakta yetersiz kalmakta ve kronik bronşit oluşabilmektedir. Bu durumdaki bazı kişiler kuru ve yarasız öksürükten şikâyet ederken,

diğerleri yukarıda bahsettiğimiz yararlı öksürük tipini tarif edebilirler. *Eczacı, yararlı öksürük tipini tarif eden hastalara karsinogenleri tutmuş mukusu uzaklaştıran bu öksürüğü baskılamamanın önemini anlatıp, bu öksürük tipini kendi kendilerine tedavi etmemeleri gerektiğini söylemelidir.*

Sonuç

Eczacının sıklıkla karşılaştığı ve tedavisi için yardım istendiği öksürük vakaları eczacının yaşamında önemli bir yer tutmaktadır. *Bu esnada, eczacıya düşen görev, hastanın öksürük nedenini doğru olarak belirleyecek soruları sormak ,gerekirse yardımcı olmak veya hekime başvurması gereken durumlarda, hastayı tedavisi için hekime yönlendirmektir.*

Öksürükle ilgili müstahzarları hatırlayalım

Bugün yaygın olarak kullanılan bazı öksürük preparatlarının listesi aşağıda verilmiştir.

Öksürüğü baskılayıcı preparatlar (antitüssif ilâçlar)

Öksürüğü baskılayıcı ilâçlar ancak kuru öksürüğün neden olduğu, uykusuzluk çekilmesi gibi hastayı rahatsız edici durumlarda tercih edilmelidirler. Bu ilâçlar balgamın atılmasını önlerler, dolayısıyla kronik bronşit veya bronşektazili hastalarda sakıncalıdır. Kodein, dionin, oksolamin, izoaminil siklamat veya dekstrometorfan içeren preparatlar öksürüğü baskılayıcı ilâçlardır. Kodein, dionin ve dekstrometorfanın, Türkiye’de tek başına bu etken maddeleri içeren preparatları bulunmamaktadır ve genellikle soğuk algınlığı preparatlarının formülünde yer alırlar.

Tek başına öksürük kesici etken madde olarak oksolamin (Fenko, Kalamın, Perebron, Oksabron, Sekodin, Subitol, Perbronş), izoaminil siklamat (Peracon),

entoksiverin (Toclase), butamirat (Sinecod) levodropropizin (Levotus) taşıyan preparatlar bulunmaktadır.

Ekspektoran ve yumuşatıcı öksürük preparatları

Ekspektoran ilâçlar bronş salgılarının atılmasını kolaylaştıran ilâçlardır. Yumuşatıcı öksürük preparatları ise gliserol gibi yatıştırıcı maddeler içerir ve basit öksürük şurubu adıyla eczanelerde majistral formülasyon şeklinde hazırlanabilirler.

Bromheksin (Brolyn, Bromek, Omeksın, Viscol) ve ambrosol (Fluibron, Mukoral, Sekrol, Viscobron) asetilsistein (Asist, Oxxa), karbosistein (Mukobron, Mukotik) bu tip ilâçlardandır.

Etkinliği kuşkulu olan ekspektoran ilâçlar arasında teipin, guayifenesin, gayakol, tiyokol, tolu balsamı, poligala, sodyum sitrat, sodyum benzoat ve amonyum asetat sayılabilir.

Bir çok öksürük preparatı terkiplerinde, öksürük baskılayıcı veya ekspektoran ilâçların yanısıra bir sistemik nazal dekonjestan (psödoefedrin, efedrin, fenilpropanolamin v.b.) ve bir antihistaminik (difenhidramin gibi) içerirler.

Yrd. Doç. Dr. Erden BANOĞLU
Gazi Üniversitesi Eczacılık Fakültesi

Sıkıysa...



Ecz. Temel, arkadaşı ecz. Dursun’la eczanesinde oturuyor. Bir hasta gelir ve öksürük ilacı ister. Temel bir şişe verir ve – Hepsinu iç bunun, der. Hasta gider, uzaktan Temel’i seyretmekte olan Dursun Temel’e – Ola Temel, adama Hint Yağı verdün, koş yakala oni. Temel gayet sakin bir şekilde cevap verir. – Bileyrum da, sıkıysa öksürsün şimdü!