



# Po prvním oparu přijdou další

Po první zkušenosti s oparem už poznáte, že se nový zase klube ven. Už předem se ohlašuje nepříjemným brněním a pálením. Nikdy nevíme, jak vážný bude jeho průběh.

Ivana Matyášová

Obvykle hned druhý den se na citlivém místě vytvoří hnisavý puchýřek. Onemocnění vyvolávají herpetické viry, s nimiž se většina z nás poprvé setká už v dětství. U někoho může nákaza způsobit zánět ústní sliznice, ale u jiného i lehčí či těžší zánět mozku,“ říká Petr Šerý, praktický lékař pro dospělé a lékař pracovnělékařských služeb EUC PLS. V některých případech však první setkání s virem proběhne bez jakýchkoli příznaků. Ale ani tehdy není jednou provždy vyhráno. Pokud se totiž herpetický vir jednou v těle usadí, už se ho nikdy nezbavíme. Na svou příležitost si přitom umí počkat leckdy i dlouhou řadu let. A zasáhnout dokáže i ta nejcitlivější místa na lidském těle.

## Pozor teď na sluníčko

Poklidně „spící“ vir se může probudit za nejrůznějších okolností. „Obvykle však ve chvíli, kdy je náš imunitní systém oslabený,“ uvádí doktor Šerý. „Ať je to zaviněno dlouhodobým stresem, horečnatým onemocněním či přílišným sluněním.“ U žen může vznik oparu souviset i s menstruačním cyklem. Herpetický vir, který do té doby odpočíval v nervových uzlinách senzitivních nervů, zaútočí na buňky na citlivých místech těla a likviduje je. Proto je vznik oparu spojený se značnou bolestivostí. K nejčastějším útočníkům patří virus Herpes simplex 1, který má spadeno zejména na rty a sliznici ústní dutiny. Proto bychom také

měli při pobytu na sluníčku rty preventivně ošetřovat vhodnými ochrannými přípravky s UV faktorem. Zabránit vzniku oparu lékaři zatím nedovedou. Mají však už k dispozici léky, které dokážou ovlivnit produkci viru.

## Zastavit viry v rozletu

Naše babičky potíraly opar na obličej čistým lihem a zasypávaly ho dětským pudrem. Popřípadě si připravovaly odvar z květů a natě macešky, do kterého přidávaly kořen pýru a fenyklová semena. Zastánci přírodní medicíny dnes sázejí spíš na tea tree olej, který má výrazné antivirotické účinky. „Věřím, že může pomoci, ale vlastní zkušenost s ním nemám,“ přiznává praktický lékař. „Vím, že někteří lidé opary také potírají octem, ale účinnost podobných praktik žádná vědecká studie zatím nepotvrdila.“ Za optimální léky pan doktor považuje přípravky ve formě tablet a mastiček, které obsahují acyklovir. Sehnat se dají na předpis či volně v lékárně a celkem spolehlivě dokážou zabrzdit viry v rozletu. Ovšem jen pod podmínkou, že je začneme užívat včas. Nejlépe ještě dřív, než se objeví první puchýřky. Nemoc, která obvykle trvá asi týden, má v takovém případě lehčí průběh. Pokud se nám opary vyrojí v dutině ústní, pak je vhodné ústa vyplachovat heřmánkem či šalvějí.

*Pokud se herpetický vir v těle usadí, už se ho nikdy nezbavíme.*

## Vir, který se šíří kapénkovou infekcí,

je značně nakažlivý, a proto bychom měli být ohleduplní k ostatním a po dobu nemoci obzvláště pečlivě dbát na hygienu, například v žádném případě nepoužívat ručník, do kterého se utírá ještě někdo jiný.

## Riziko v těhotenství

Ne vždycky představuje toto onemocnění jen krátkodobou nepříjemnost. „Velmi nebezpečný může být genitální opar, který způsobuje virus Herpes simplex 2,“ upozorňuje doktor Šerý. Obzvláště pokud postihne těhotnou ženu. V takovém případě hrozí podle jeho slov riziko přenosu infekce na novorozence. Porodníci proto obvykle těmto ženám doporučují porod císařským řezem. K přenosu viru došlo v tomto případě pohlavní cestou a prevencí je používat při sexuálním styku bariérovou antikoncepci.

## Průběh nemusí být lehký

Ale ani „obyčejné“ opary není radno podceňovat. Pokud nás pronásledují příliš často a jejich výsev je provázen zvýšenou teplotou, únavou, bolestivostí či zduřením mízních uzlin,

## naši odborníci



MUDr. PETR ŠERÝ



MUDr. HANA CABRNOCHOVÁ

určitě bychom neměli spoléhat na samoléčbu. Raději je třeba zajít k praktickému lékaři nebo dermatologovi, který nám doporučí vhodnou terapii.

## Pásový opar

K obzvláště nebezpečným herpetickým virům pak patří varicella zoster virus. „U malých dětí způsobuje plané neštovice, u dospělých pak pásový opar,“ říká doktor Šerý. „Postihuje zejména lidi nad padesát let, a s přibývajícím věkem se riziko jeho vzniku zvyšuje.“ Jak už samotný název napovídá, vytváří tento opar pásy, které kopírují dráhy nervů v našem těle.

Nejčastěji se však objevuje na hrudi a na zádech. Zasáhnout však může i tvář, oko a leckdy tak vážně poškodit zrak. Již první příznaky tohoto onemocnění mohou být často velmi rozsáhlé, obzvláště v oblasti obličejů. Určitě bychom proto měli co nejdříve navštívit praktického, kožního nebo očního lékaře. Komplikovaný průběh může mít ovšem i pásový opar na jiných částech těla, například na genitáliích. Hojení trvá obvykle až třikrát déle než u běžných obličejových oparů. Kruté bolesti navíc mohou leckdy přetrvávat i po vyléčení pásového oparu řadu měsíců, někdy i let. Zmíněný opar je navíc vysoce nakažlivý. Proto bychom měli během této nemoci dodržovat všechna hygienická opatření, abychom nenakazili lidi ve svém okolí.

## Vakcína v novém složení

Prevenčí pásového oparu může být i očkování. „Do loňského roku se u nás očkovalo vakcínou Zostavax, která se k nám však už nedováží,“ uvádí místopředsedkyně České vakcinologické společnosti doktorka Hana Cabrnchová. „V blízké době by však měla být k dispozici nová účinnější vakcína Shingrix.“ Zmíněná očkovací látka je už schválena Evropskou unií a používá se nejen v některých okolních zemích, ale i ve Spojených státech. Novější vakcína má oproti té předchozí výhodu v tom, že je možné ji aplikovat i osobám starším 18 let, trpícím závažnou poruchou imunity. Zejména pak těm, kteří v minulosti prodělali plané neštovice, a u nichž hrozí zvýšené riziko onemocnění pásovým oparem. Kromě toho by nová vakcína, stejně tak jako ta předchozí, sloužila i k preventivnímu očkování lidí starších padesáti let. ☺

**Pokud chcete snížit riziko** tohoto onemocnění, měli byste především posilovat imunitu. A mimo jiné v dostatečném množství konzumovat vitaminy C a B.