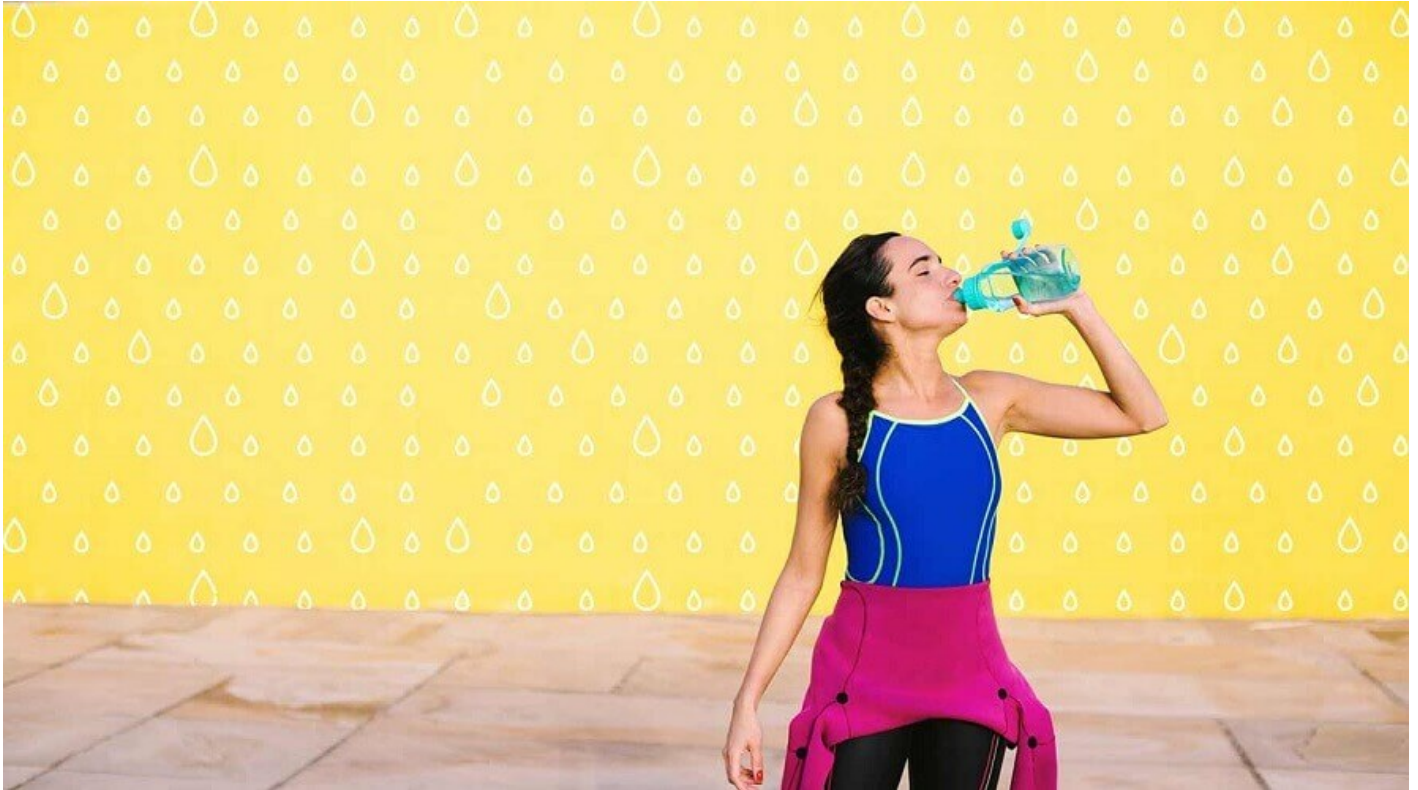


Streptokokna upala grla - uzrok, simptomi i prirodne metode liječenja



Streptokokna upala grla, poznata i kao [streptokokna](#) ili [gnojna angina](#), **zarazna** je [bakterijska upala grla](#). Ona je manje zarazna od [virusnih upala grla](#), a stoga je i nešto rjeđa od njih.

Bakterije koje je uzrokuju nalaze se posvuda i mogu se prenijeti na koži ili u sluznici usne šupljine. Zaraziti se možete kapljičnim putem ili dodirujući inficirane površine.

Iako streptokokna upala grla **najčešće pogađa djecu mlađu od 16 godina**, prisutna je i kod odraslih. Nitko nije imun na ovu zaraznu bolest.

Streptokokna upala grla - uzrok

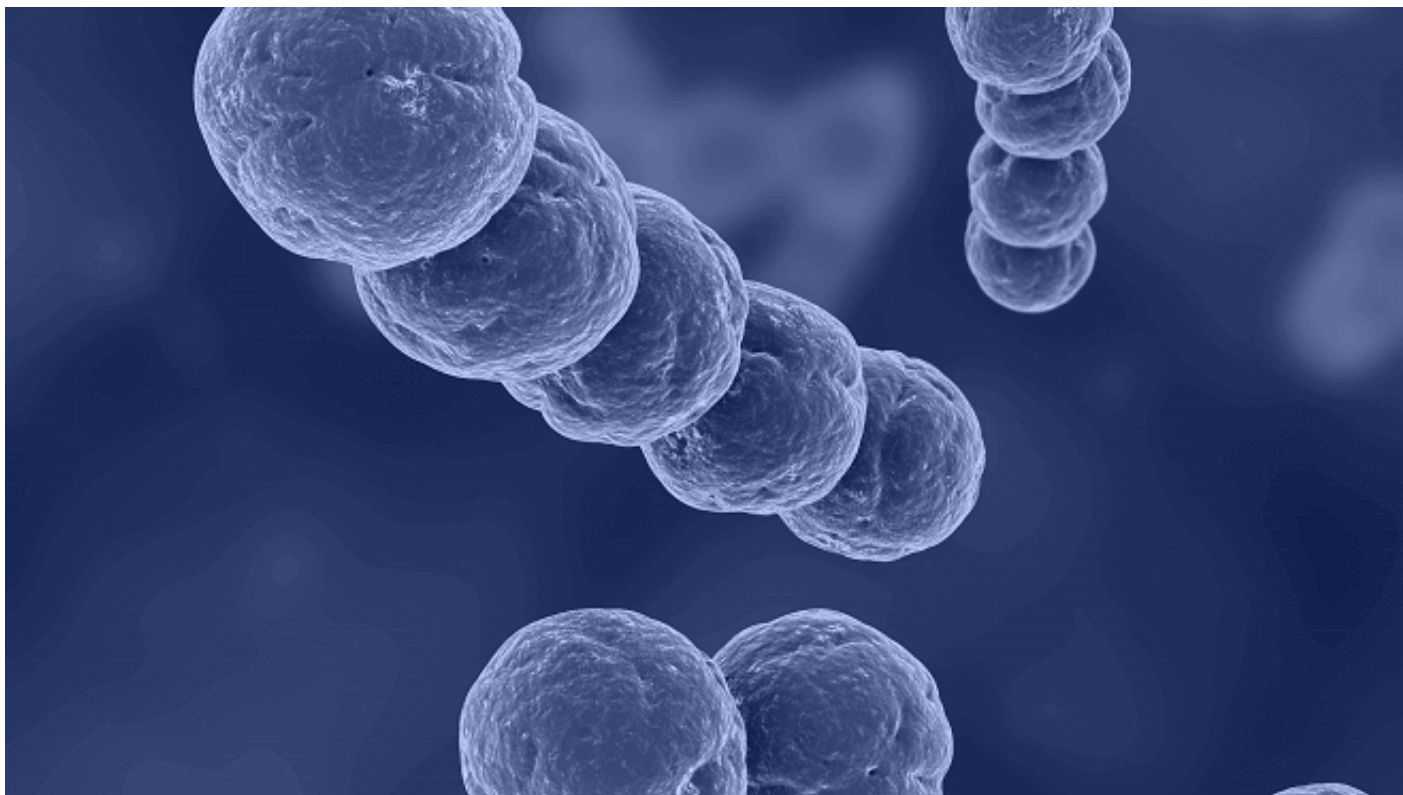
Dvije su skupine bakterija iz porodice [streptokoka](#) koji je mogu uzrokovati:

- skupina A i
- skupina B.

Bakterije iz svake od skupina uzrokuju niz različitih komplikacija, ali za streptokoknu upalu grla najčešće su odgovorne **bakterije iz skupine A** (*Streptococcus pyogenes*).

One su i glavni uzročnici nekoliko drugih bolesti koje uključuju [crvenu groznicu ili šarlah](#), [sindrom toksičnog šoka](#) i određene infekcije kože poput [impetiga](#).

Skupina B povezana je s bakterijskom [upalom pluća](#), infekcijama krvi i [meningitisom](#), stanjima koja se odnose na infekciju membrana oko leđne moždine i mozga.



Streptokok u grlu - kako se prenosi

Ove bakterije obično se koncentriraju u području usta i nosa pa se tako lako **prenose zrakom**, odnosno kapljičnim putem (kihanje, kašalj, slina) **ili dodiranjem inficiranih površina** (kvake, mobiteli, pribor za jelo).

Razdoblje inkubacije za streptokoknu upalu grla traje **od dva do pet dana**. To znači da ćete simptome primijetiti oko tri dana nakon što dođete u kontakt s bakterijom.

Nakon što se infekcija "aktivira", **oboljeli je zarazan sve do 24 sata nakon početka terapije antibioticima**. Simptomi ipak traju nešto dulje od toga.

Streptokokna upala grla - simptomi

Kada je u pitanju upala grla, visok postotak ljudi kojima se kao terapija pripisuju antibiotici, zapravo ima jedan od oblika [virusne upale grla](#) koja je puno češća od streptokokne.

Antibiotici su osnovna terapija za streptokoknu upalu grla. No prije nego što krenete s uzimanjem antibiotika, važno je znati je li upravo streptokok uzrok vaših simptoma.

To je važno jer antibiotici, kada se ne koriste na odgovarajući način, mogu biti loši za vas i uništiti zdrave bakterije koje drže opasne bakterije podalje od vašeg probavnog sustava.

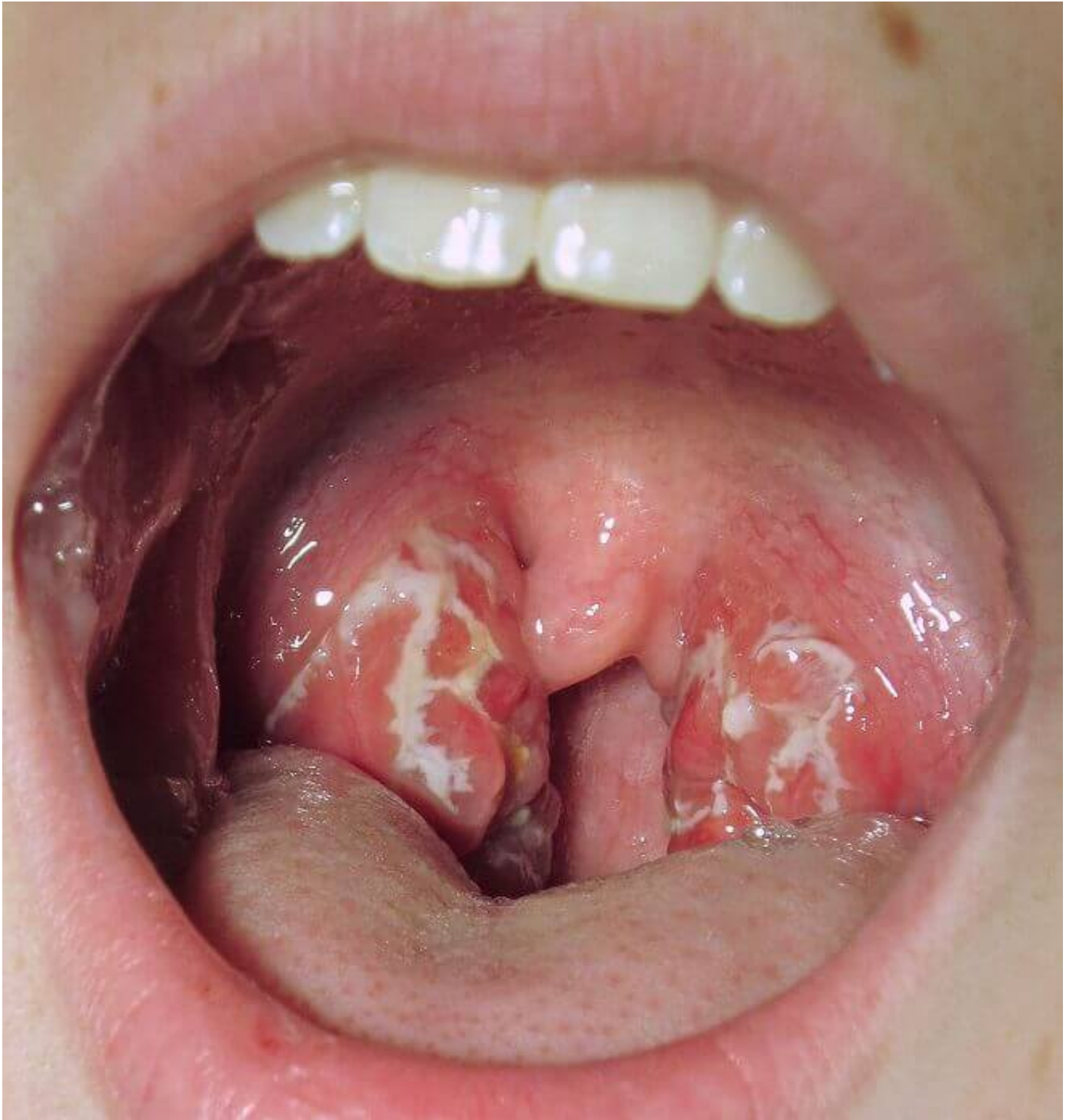
Streptokokna upala grla obično uzrokuje ove simptome:

- grlobolja,
- **vrućica** (veća od 38 °C),
- zimica,
- znojenje,
- glavobolja,
- crvene točkice u grlu,
- **bijele mrlje na krajnicima**,
- natečeni krajnici i limfni čvorovi u vratu,
- gubitak apetita,
- bolovi u trbuhu te
- mučnina i povraćanje.

Iako se neki od simptoma mogu pojaviti i kod virusnih upala grla, za njih je vrlo tipičan simptom **kašalj** koji **isključuje streptokok kao uzrok upale**.

Također, virusne upale grla ne **pojavljuju se iznenadno** kao bakterijske. U njihovom ćete slučaju nekoliko dana prije pravog oboljenja osjetiti barem blago peckanje u grlu.

U prosjeku je od deset slučajeva upale grla samo jedan uzrokovan bakterijom iz porodice streptokoka. No infekcija je vrlo ozbiljna pa na umu valja imati da se može pojaviti i bez primjetnih simptoma!



Streptokok u grlu bez temperature

Možete imati streptokoknu upalu grla bez povišene tjelesne temperature ili gnojnih

mrlija u grlu, pa i bez ikakvih primjetnih simptoma uopće.

Ponekad ljudi koji nemaju simptome budu ti koji prenose zarazu. Zbog toga je važno uzimati antibiotike u slučaju streptokoka, čak i kada nema prepoznatljivih simptoma.

Bez liječenja streptokokna upala grla može dovesti do po život opasnih stanja kao što su različite bubrežne bolesti, [meningitis reumatska groznica](#).

Moguće komplikacije su rijetke, jer se ova upala danas uspješno liječi antibioticima. Ako se one ipak pojave, pojavit će se 1 do 6 tjedana nakon infekcije grla. Zovite liječnika ako vidite bilo koji od ovih simptoma:

- bol u uhu,
- bol u zglobovima,
- krvarenje iz nosa,
- jaki bolovi u truhu,
- ukočenost vrata,
- iznenadna visoka temperatura ili
- crveni osip na koži.



Streptokokna upala grla - antibiotici

Velika većina streptokoknih upala grla zapravo može proći bez liječenja, ali glavni razlog zbog kojega se trebaju uzimati antibiotici je **sprječavanje rijetkih, ali ozbiljnih komplikacija** koje smo naveli.

Oni se ne koriste primarno da bi se izliječili simptomi upale. Najčešće korišteni antibiotici za liječenje streptokoka u grlu su antibiotici koji se dobivaju iz penicilina.

Propisana terapija najčešće traje **od 5 do 10 dana**, ovisno o upotrijebljenom antibiotiku. Obavijestite svog liječnika ako ste alergični na bilo koji lijek!

Streptokok u grlu - prirodno liječenje

Terapiju antibioticima treba dovršiti bez obzira na nestanak simptoma, ali to je samo jedan od koraka u liječenju streptokokne upale grla. Za početak, važno je **paziti na higijenu ruku i usta**.

Nadalje, važno je **nadomjestiti zdrave bakterije u probavnom traktu** pomoću jogurta i sličnih proizvoda koji sadrže probiotičke bakterije kao što je *Lactobacillus acidophilus*.

U liječenju simptoma pomoći će vam i nekoliko kućnih pripravaka. Među njima su **klasična pileća juha**, [čaj od đumbira](#) i limuna s medom te drugi **tekući i topli, ali ne i vrući pripravci**.

Izbjegavajte dim cigareta i pušenje, jedite meku hranu ili **jela na žlicu**, a nemojte zanemariti ni ljekovito djelovanje sljedećih elemenata i namirnica:

- [vitamin D](#),
- kamilica ([čaj od kamilice](#)),
- [jabučni ocat](#),
- [himalajska sol](#),
- eterično ulje od pepermint, a,
- bazga ([čaj od bazge](#)),
- eterično ulje limuna,
- [oil pulling](#),
- [češnjak](#),
- kadulja ([čaj od kadulje](#)),
- [cimet](#),
- [kajenski papar](#)
- ...



Možete piti dodatke prehrani koje sadrže ove namirnice ili uživati u brojnim kombinacijama biljnih čajeva. Himalajsku sol možete otopiti u vodi i **grgljati slanu otopinu**.

Eterična ulja možete uzimati na više načina. Prvi je dodavanje dvije do tri kapi u čašu vode ili izravno nanošenje **dvije do tri kapi eteričnog ulja** u grlo i/ili na prsa ili vjeđe.

Osim što će djelovati antibakterijski, ove namirnice olakšat će vam gutanje i disanje dok se oporavljate. Također, osigurajte svome tijelu puno vlage.

Kako u prostoru u kojem boravite pomoću **ovlaživanja zraka**, tako i ispijanjem mlake ili tople tekućine. No **izbjegavajte jako hladne ili vruće napitke**.

Kada je u pitanju hrana, **hladne namirnice poput sladoleda ili jogurta mogu blagotvorno djelovati na sluznicu grla**. Ako ste **trudni** i izbjegavate lijekove, **nemojte koristiti pripravke od kadulje**.

U slučajevima trudnoće, kada se izbjegava nepotrebno uzimanje lijekova, prirodni lijekovi su vrlo korisni. Uz prijeko potreban **odmor, tople juhe, čajevi i vlažni zrak** ostaju najbolji lijek.

