

Tas ir sauss un kairinošs
un piemeklē aptuveni
katru desmito,
kas ikdienā lieto
asinsspiediena zāles.
Nav mirstamā vaina,
bet nepatīkami gan.
Paciest? Pārstāt dzert
zāles? Un kāpēc klepus
vispār rodas?

Klepus no asinsspiediena zālēm

Skaidro:



Dr. ROBERTS FEDERS

• Kardiologs, internists,
ehokardiogrāfijas speciālists
un galvenais ārsts Dr. Federa
Vācijas–Latvijas kardioloģijas
centrā.

Visbiežāk vainīgi *prili*

Viens no galvenajiem medikamentiem, ar ko samazina augstu asinsspiedienu, ir angiotensīnu konvertējošā enzīma inhibitori. Tautā tos sauc par *priliem*, jo zāļu nosaukums parasti beidzas ar *prils*. Angiotensīnu konvertējošais enzīms atrodas plaušās un ir renīna-angiotensīna-aldosterona sistēmas svarīga sastāvdaļa. Pirmajā mirklī šis hormonu sistēmas darbība tev var šķist tikpat sarežģīta kā pats tās nosaukums... Tomēr centīšos to izskaidrot.

Šī hormonu sistēma regulē asinsspiedienu. Ja, piemēram,

asinsspiediens nokrītas par zemu, nierēs izstrādā hormonu renīnu, kas veicina angiotensīna I veidošanos aknās. Angiotensīns I plaušās pārveidojas par angiotensīnu II – to pārvērš angiotensīnu

konvertējošais enzīms. Angiotensīns II gan pats paaugstina asinsspiedienu, gan stimulē hormona aldosterona ražošanu virsnierēs, kas arī liek celties asinsspiedienam. Angiotensīnu konvertējošā enzīma inhibitori iejaucas šīs sistēmas darbībā un kavē angiotensīna I pārvēršanu par angiotensīnu II, taču enzīmam ir arī citas funkcijas – tas noārda vazoaktīvo vielu bradikinīnu un P vielu, kuras arī atrodas plaušās. Zāļu iedarbības dēļ tas nenotiek, un šis mehānisms tad arī nosaka, kāpēc rodas kairinošais klepus. To pat mēdz saukt par

**Nomainot zāles,
klepum vienas vai
divu nedēļu laikā
būtu jāpāriet.
Ja tas nenotiek,
ļoti iespējams,
klepu nav
izraisījušas zāles.**



prilu klepu. Citām asinsspiediena zālēm nav novērota šāda blakne, tāpēc, ja klepus rodas, *prilus* parasti aizvieto ar kādas citas grupas medikamentiem.

Varētu jautāt, kāpēc angiotensīnu konvertējošā enzīma inhibitorus ārsti vispār izraksta, ja tie izraisa kairinošu klepu? To dara tāpēc, ka tas ir standarta medikaments asinsspiediena ārstēšanā, turklāt ļoti labas zāles – tās var izmantot ne tikai hipertensijas terapijā, bet arī sirds

na medikaments. Pavisam pārtraukt zāļu lietošanu nebūs labi, jo ir skaidrs iemesls, kāpēc zāles nepieciešamas, un pozitīvais efekts jā saglabā, jāatbrīvojas tikai no klepus. Nomainot zāles, klepum vienas vai divu nedēļu laikā būtu jāpāriet. Ja tas nenotiek, tad, ļoti iespējams, klepu nav izraisījušas asinsspiediena zāles.

Jāatrod piemērots līdzeklis

Lielākoties asinsspiediena zāļu ierosināts klepus nav postošs, tas nerada kādus plaušu vai augšējo elpceļu bojājumus, un, nomainot zāles pret citām, klepus parasti pāriet bez sekām. Taču turpināt lietot *prilu* un censties klepu nomākt ar citiem līdzekļiem arī nevajag, ja vien zāles, kas to izraisa, nav tik nozīmīgas, ka labāk būtu paciest blaknes nekā ielaist slimību. Parasti gan vienmēr iespējams atrast citu medikamentu, piemēram, *prilu* vietā lietot angiotensīna II receptoru blokatorus jeb sartānus, kas iedarbojas uz to pašu renīna-angiotensīnaaldosterona sistēmu.

Dažreiz ārstēšanu uzreiz sāk ar sartāniem – kardiologi tās uzskata par līdzvērtīgām zālēm angiotensīnu konvertējošā enzīma inhibitoriem, un ir pētījumi, kas to apliecina, vienīgi *priliem* līdz šim veiktajos

Varbūt klepum tomēr CITS IEMESLS?

Klepus no asinsspiediena zālēm neparādās uzreiz pēc pirmās *prila* tabletes iedzeršanas. Bieži šādam klepum sākumā mēs pat vispār nepievēršam uzmanību – paklepojām, paklepojām, bet nesaistām to ar zālēm. Tāpēc vienmēr ir prātīgi par savu stāvokli pastāstīt ārstam, kurš izvērtēs, cik liela iespēja, ka klepu radījušas zāles, un vai tam nav kāds cits ierosinājums.

- Ja bijusi paaugstināta temperatūra, kāda vīrusu infekcija, lauž kaulus un vienlaikus ar to sācies klepus, tad skaidrs, ka lielāka varbūtība – klepu izraisījusi **akūta respiratora vīrusu infekcija**.

- Ja klepus ir konkrētā pozīcijā – guļus stāvoklī –, vēl arī pietūkst kājas, tad iemesls varētu būt **sirds mazspēja**.

- Ja klepus ir ar zaļām vai dzeltenām krēpām, arī tad ir lielāka iespējamība, ka tas saistīts ar **vīrusu infekciju vai varbūt pneimoniju**.

- Ja klepus rodas pēc dedzināšanas aiz krūšu kaula, iespējams, to, visdrīzāk, izraisījis **reflūks jeb skābes atvilkis**.

- Ja vienlaikus ar klepu zūd svārs un jāspļauj asinis, tas varētu būt saistīts ar **plaušu vēzi un smēķēšanu**.

Ir jāpieņem, ka ikvienam medikamentam var būt kāda nevēlama blakusiedarbība. Par to nevajag raizēties.

mazspējas ārstēšanā, tās uzlabo endotēlija jeb asinsvadu iekšējā slānīša funkcijas, asinsvadu sienīņu stāvokli, nieru darbību – šiem medikamentiem ir ļoti daudz pozitīvu efektu. Turklāt tie ir visvairāk pētītie arteriālās hipertensijas ārstēšanas medikamenti. Un klepus jau arī nerodas visiem.

Taču, ja sāki lietot medikamentu pret augsto asinsspiedienu un neko citu no iepriekšminētā nevari uz sevi attiecināt, un parādījies klepus, tad vienkārši jānomai-

pētījumos ir augstāks pierādījumu līmenis. Alternatīva var būt arī tiazīdu diurētiķi, kalcija antagonisti jeb kalcija kanālu blokatori, alfa blokatori. Ja ir jāsamazina sirdsdarbības frekvence jeb jāpalēnina pulss, var izmantot bēta blokatorus. Taču cilvēkiem ar augstu asinsspiedienu pulss ne vienmēr ir paātrināts. Biežāk ātra sirdsdarbība ir tad, ja asinsspiediens paaugstināties neveselīga dzīvesveida un mazkustības dēļ. Ģenētiski noteikta augsta asinsspiediena gadījumā pulss var būt normāls, un tad tā papildu samazināšana ar bēta blokatoriem nebūs vēlama.

sekas, ja slimību nekontrolē. Arteriālā hipertensija rada ļoti daudz risku – tiek bojāti asinsvadi, pastāv infarkta risks, palielināts insulta risks, sirds mazspējas risks, augstais asinsspiediens pasliktina redzi, izpleš aortu, un tā var plīst. Būtībā arteriālā hipertensija, ja to neārstē, ilgtermiņā ir nāvējoša slimība. ♥



PADOMS no pieredzes

Lai mazinātu kairinošo klepu, kurš mēdz uzņākt arī pašos nepiemērotākajos brīžos, piemēram, kad tev notiek svarīga saruna vai atrodies absolūtā klusumā, sūkājamās pretklepus tabletes īsti nelīdzēs, jo tās vienkārši izkūst mutē, bet kakls ir pamatīgi jāsaslapina. Turklāt šādās tabletēs parasti ir cukurs, un tās būtu jānosūkā diezgan daudz. Vai tu gribi uzņemt daudz cukura? Nē! Vislabāk palīdz tīrs, negāzēts ūdens. Tiklīdz jūti, ka nāk virsū klepus, iedzer maziem malciņiem ūdeni.



Ja klepu izraisījis kombinētais līdzeklis...

Visbiežāk ārst asinsspiediena samazināšanai nozīmē terapiju ar vismaz divu vai trīs medikamentu kombināciju. Pētījumi liecina, ka kombinētie preparāti ļauj vislabāk kontrolēt asinsspiedienu – trīs zāles vienā tabletē palīdz pat 80 procentiem pacientu. Kombinētajiem līdzekļiem ir vairākas priekšrocības – tos ne tikai ērtāk lietot, jo ir jāiedzer tikai viena tablete, bet var arī izmantot medikamentu mazākā devā, kas būtiski samazina nevēlamo blakus efektu rašanās iespēju.

Ja klepus tomēr parādījies, arī kombinēto medikamentu var aizvietot ar citu līdzvērtīgu – tas nenozīmē, ka turpmāk tev būs jālieto sauja tablešu.

Ai, nelietošu neko!

Arī tad, ja asinsspiediena zāļu lietošana ir izraisījusi klepu, ir ļoti svarīgi turpināt ārstēšanu. Bieži mūsu reakcija uz zāļu nevēlamiem efektiem ir atteikšanās no medikamentiem vispār. Tā nav pareiza pieeja. Iespējams, nav bijusi veiksmīga komunikācija ar ārstu, taču ir svarīgi saprast, ko nozīmē slimība, kuras dēļ jālieto zāles, un kādas var būt