

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra výchovy ke zdraví

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2013

Ilona Vacikarová

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra výchovy ke zdraví

**Srovnání účinků aromaterapeutických a alopatických přípravků
(nosní preparáty)**

Bakalářská práce

Autor: Ilona Vacikarová

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Výchova ke zdraví

Vedoucí práce: Mgr. Vlasta Kursová, Ph.D.

České Budějovice, duben 2013

University of South Bohemia in České Budějovice
Faculty of Education
Department of Health Education

**Comparison of the effects of aromatherapy and allopathic products
(Nasal medication)**

Bachelor Thesis

Author: Ilona Vacikarová

Study programme: Specialization in Education

Study of Programme: Health Education

Supervisor: Mgr. Vlasta Kursová, Ph.D.

České Budějovice, April 2013

Jméno a příjmení autora: Ilona Vacikarová

Název bakalářské práce: Srovnání účinků aromaterapeutických a alopatických přípravků (nosní preparáty)

Pracoviště: Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Vlasta Kursová, Ph.D.

Rok obhajoby bakalářské práce: 2013

Abstrakt:

Tato bakalářská práce se zabývá účinky alternativní léčby dětské infekční rýmy a léčbou alopatickými prostředky volně dostupnými v lékárnách. Cílem práce je zjistit, jaké jsou rozdíly v účincích nosního aromaterapeutického preparátu (Nosní olej Baby) a alopatických prostředků (běžně dostupných v lékárnách) při léčbě rýmy u dětí předškolního věku. Práce přináší základní poznatky z oblasti aromaterapie a jejich možností využívání v každodenním životě, zvláště pak při léčbě běžných dětských onemocnění jako je rýma. Další problematikou práce jsou alopatické nosní preparáty a jejich účinné látky. Praktická část je zaměřena na zjištění rozdílů v účincích nosního aromaterapeutického přípravku (Nosní olej Baby) a nejčastěji užívaných alopatických nosních preparátů při léčbě dětí předškolního věku. Dotazníkové šetření bylo realizováno u čtyřiceti šesti respondentů ve 25. MŠ v Plzni. Poslední kapitoly práce obsahují výstup pro praxi a závěr s hodnocením a osobním přínosem práce pro mne.

Klíčová slova: aromaterapie, éterické oleje, rýma, Nosní olej Baby, alopatické nosní preparáty, dekongestiva

Name and Surname: Ilona Vacikarová

Title of Bachelor Thesis: Comparison of the effects of aromatherapy and allopathic products (Nasal medication)

Department: Health Education, Faculty of Education, University of South Bohemia in České Budějovice

Supervisor: Mgr. Vlasta Kursová, Ph.D.

The year of presentation: 2013

Abstract:

This thesis deals with the effects of alternative treatments for children's infectious rhymes and allopathic treatment resources freely available at the pharmacy. The aim is to find out the differences in the effects of nasal aromatherapeutic preparation (nasal oil Baby) and allopathic means (commonly available in pharmacies) in the treatment of rhinitis in preschool children. This work introduces basic knowledge of aromatherapy and its potential use in everyday life, especially in the treatment of common childhood diseases such as rhinitis. Another issues are the allopathic nasal preparations and their active substances. The practical part is focused on detecting the differences in the effects of aromatherapeutic nasal (nasal oil Baby) and most commonly used allopathic nasal preparations in the treatment of preschool children. The questionnaire survey was conducted among forty-six respondents at the 25th Nursery School in Pilsen. The last chapters of the thesis contain the output for practice and conclusion with the evaluation and the personal benefit that I will make use of.

Keywords: aromatherapy, essential oils, runny nose, nasal Baby Oil, allopathic nasal preparations, decongestants

Prohlašuji, že jsem svoji bakalářskou práci „ Srovnání účinků aromaterapeutických a alopatických přípravků (nosní preparáty)“ vypracovala samostatně pod odborným vedením Mgr. Vlasty Kursové, Ph.D., pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne 18.4. 2013

Ilona Vacikarová

Poděkování: Děkuji Mgr. Vlastě Kursové, Ph.D. za odborné vedení a cenné rady při vypracování bakalářské práce.

OBSAH

1	ÚVOD	9
2	ROZBOR LITERATURY	11
2.1	Vymezení pojmu aromaterapie	11
2.1.1	Historie aromaterapie	12
2.1.2	Základní produkty aromaterapie	14
2.2	Aromaterapie v praxi	16
2.2.1	Aromaterapie pro zdraví	17
2.3	Zvláštnosti používání éterických olejů	21
2.4	Názory lékařů na aromaterapii	22
2.5	Rýma (rhinitida)	24
2.6	Infekční rýma	25
2.6.1	Léčba infekční rýmy alopatickými prostředky	26
2.6.2	Léčba infekční rýmy aromaterapeutickými přípravky – Nosní olej BABY	29
2.7	Nosní olej Baby (Aromaterapie Karel Hadek)	30
3	CÍLE A ÚKOLY	32
3.1	Cíl práce	32
3.2	Úkoly práce	32
3.3	Odborné otázky a předpoklady	32
4	PRAKTICKÁ ČÁST	33
4.1	Metodika práce	33
4.2	Charakteristika souboru	34
4.3	Organizace experimentálního šetření	34
5	VÝSLEDKY A DISKUSE	36
5.1	Výsledky dotazníkového šetření	36
5.2	Diskuze ke zjištěným faktům	52
5.3	Doporučení pro praxi	56
6	ZÁVĚR	57
7	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	
8	PŘÍLOHY	

1 ÚVOD

Procházím se lesem, cítím vůni borovic, smrků, jílovité půdy, mechu, travin, bylin a z dálky slyším hluk aut, zvuky civilizace. Říkám si: „Jsou dnešní lidé žijící v tomto rychlém životním stylu vyžadujícím držet vysoké pracovní tempo schopni ještě vnímat vůně a dotyky přírody?“

Pracuji jako učitelka v mateřské škole a vidím každý den uspěchané, vystresované rodiče často odvádějící své ratolesti do MŠ a znovu spěchající do zaměstnání. Životní styl dnešních lidí je tak rychlý, že si někdy nevšimnou signálů svého přetaženého organismu, ale ani nemoci svého dítěte. Po upozornění od učitelek takto nemocné dítě doma narychlo zaléčí a po dvou dnech opět vrátí do dětského kolektivu, aby po dalších třech dnech opět, ale už vážněji, onemocnělo. Toto pozorování mne často vede k zamyšlení nad tím, zda by se nedalo předcházet těmto „lehčím“, ale i vážnějším dětským onemocněním, kdybychom se více navrátili k přírodě.

Téma aromaterapie jsem si vybrala proto, neboť pracuji s malými dětmi a zároveň jsem matkou dvou dospělých synů, a když vidím nachlazené děti v MŠ, vzpomínám na dobu, kdy jsem tato nachlazení svých dětí léčila přírodní cestou. Léta znám aromaterapeutické preparáty Karla Hadka a poznala jsem jejich skvělé účinky právě u svých dětí. Z těchto preparátů byl u nás nejužívanější Nosní olej Baby.

Domnívám se, že řada dnešních rodičů používá k léčbě rýmy svých dětí nosní preparáty zakoupené v lékárně. Cílem mé práce je srovnání účinků aromaterapeutických preparátů (Nosní olej Baby) s účinky alopatických přípravků běžně dostupných v lékárnách.

Má práce je rozdělena na dvě části: část teoretickou a část praktickou. V teoretické části jsou shrnuty poznatky z odborných zdrojů a literatury vztahující se k danému tématu: aromaterapie – historie, původ, základní produkty aromaterapie, éterické oleje, aromaterapie v praxi, rýma a její příznaky, rozdělení, infekční rýma, léčba infekční rýmy alopatickými přípravky, alopatica a jejich účinné látky, léčba infekční rýmy aromaterapeutickým preparátem Nosním olejem Baby, jeho účinné látky a praktické šetření.

Praktická část obsahuje kapitoly týkající se dotazníkového šetření, (metodiku práce, charakteristiku souboru a organizaci šetření) dále grafické znázornění výsledků

dotazníkového šetření, diskuzi ke zjištěným faktům potvrzující či nepotvrzující odborné předpoklady, doporučení pro praxi a závěr práce, ve které, krom shrnutí výsledků, je zmíněn i přínos této práce pro moji praxi učitelky MŠ i praxi aromaterapeutickou.

2 ROZBOR LITERATURY

2.1 Vymezení pojmu aromaterapie

Byliny kolíbané větrem sklání své stonky.

Vítr se jim uklání, strhává výhonky.

Neobyčejný dar ti dává životodárná Příroda.

Je v něm tvé zdraví.

Pokloň se bylinám...

J. F. Šulc (NAGORNAJA, 2002, s. 22)

Termín aromaterapie zavedl do lékařství ve 30. letech 20. století René Maurice Gattefosse, který objevil léčivé vlastnosti éterického levandulového oleje. Tento termín poprvé použil v souvislosti s „využíváním vůně jako léku“, tedy s „léčbou vůněmi“ (NAGORNAJA, 2002).

Jeho nástupce Dr. Jean Valnet zjistil, že posilující a dezinfekční vlastnosti silic dokáží účinně léčit zraněné vojáky druhé světové války (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 1997).

Na pojem aromaterapie vznikaly různé definice, ale všichni autoři se shodují v bodech, které je možno shrnout do této definice: „Aromaterapie (aromaterapie, aerofytoterapie) je cílevědomé používání vůní rostlin s cílem ozdravení organismu člověka a životního prostředí“ (NAGORNAJA, 2002, s. 22).

Je to metoda léčby pomocí přírodních fytoorganických látek, které se do organismu dostávají prostřednictvím dýchacích orgánů, kůže a sliznic. Rozličné vůně nás obklopují stále a všude. To, co člověk dýchá, není pouze vzduch. Vzduch totiž obsahuje též páry a plyny jiných organických sloučenin. Ve městech dýcháme vzduch nasycený výpary barev, laků, výfukových plynů, kouře, pylu a chemickými výpary (NAGORNAJA, 2002).

Vše, co vdechujeme, může mít negativní vliv na naše fyzické i psychické zdraví. Ovšem při odborném využívání léčivých účinků přírodních vůní dochází k prevenci nejrůznějších zdravotních problémů a posilování našeho zdraví.

Aromaterapie využívá účinků esenciálních olejů extrahovaných z rostlinných zdrojů k obnově rovnováhy a k léčbě mysli, duše i těla. Aromaterapie je celostní neboli holistická terapie, neboť propojuje hluboké fyziologické účinky masáže s psychologickým vlivem esenciálních olejů na mysl a emoce. Tato metoda přináší člověku maximální pocit uvolnění a libosti (DYEOVÁ, 1992).

2.1.1 Historie aromaterapie

Evoluce lidstva byla od nejstarších dob těsně spjata s přírodou. Jak se člověk vyvíjel, měl stále větší touhu poznávat okolní svět. K poznávání ho vedly i pudy, především pud sebezáchovy. Při pozorování nemocných zvířat požírající různé rostliny si uvědomil, že tyto rostliny pomáhají při zdravotních potížích i jemu. Takto byly pravděpodobně objeveny léčivé účinky rostlin. Nedílnou součástí života tehdejších lidí se stal oheň. Lidé totiž objevili to, že jídlo je chutnější upečené na ohni, který rovněž příjemně hřeje, a představovali si, že je oheň chrání před hněvem vyšších sil. Též se domnívali, že náhodně přiložené vonné rostliny do ohně zesilují moc ohně a příjemná vůně linoucí se z nich usmírjuje hněv božstev. Tento rituál pálení vonných směsí při náboženských obřadech se v pozměněné formě zachoval dodnes. Egypťští kněží vymýšleli různé receptury z vonných silic pro faraony a příslušníky vyšší společnosti. Směsi způsobovaly rozličné emoční stavy: uvolnění, agresivitu, sexuální vzrušení atd. O růži bylo známo, že přináší uvolnění a harmonii, kdežto cedr motivuje ke šlechetnosti a odvaze. Při významných svátcích a oslavách byly ulice vykuřovány vonnými rostlinami, což u lidí vyvolávalo povznesenou náladu (SAKOV, 2010).

Že lze aromaterapii využívat pro péči o zdraví a krásu chtěla jako první dokázat Marguerite Mauryová ve svém významném díle *The Secret of Life a Youth* (Tajemství života a mládí). Od ní též pochází aplikace olejů při masáži (McGILVERYOVÁ ; REEDOVÁ, 1997).

Zrození (původ) aromaterapie

Zemi, kterou lze považovat za původce aromaterapie lze těžko označit, neboť se na aromaterapii nějakým způsobem podílela každá. Tak například Egypťané aromatizovali téměř vše. Již tehdy přidávali do chleba kmín, anýz a koriandr, aromatizovali též ocet, pivo a další potraviny. Aromaterapii proslavili i egyptští kněží, kteří vůněmi léčili i vykuřovali chrámy. Nejvíce je však známo egyptské balzamování těl mrtvých a uchovávání vonných látek, například destilací. Egypťané, i když leccos převzali ze znalostí Asyřanů a Babyloňanů, sehráli v rozvoji aromaterapie významnou roli. Také v Řecku měla aromaterapie své zastánce - významný řecký lékař Hippokrates patřil mezi první, kdo léčil tuberkulózu krom jiného pobytem v borovém lese. Pálením vonných rostlin na rozích ulic se bojovalo i proti moru. Římané si zase oblíbili vonné koupele, pomády a masti. Číňané používali léčivé rostliny i v kombinaci s akupunkturou a masážemi (AROMATERAPIE, 2003).

K usmiřování bohů sloužil hlavně jalovec, jehož vůně byla považována za příjemnou pro většinu bohů. Rozmarýn zase nosili u sebe římsí studenti, neboť prý povzbuzoval mozkovou činnost, rovněž jako máta, která se doporučovala při učení či jiné duševní činnosti. Hlavu římských vítězů zdobily vavřínové věnce, neboť se věřilo, že vavřín povznáší a zušlechťuje ducha (SAKOV, 2006).

K jakému účelu sloužila aromaterapie v Evropě? V evropských zemích se ve středověku vůně používaly k překrytí špíny a tělesného zápachu (AROMATERAPIE, 2003).

V 19. století rodinní lékaři nosili k pacientům ve své brašně kromě standardních léků i 22 oficiálních esenciálních (éterických) olejů. Mezi nimi nechyběl např. éterický olej heřmánkový, skořicový, fenyklový, jalovcový, vavřínový, rozmarýnový a thymiánový. Přesto se v této době v léčbě preferovaly chemické látky a aromaterapie stála v pozadí. To se dělo až do zvláštního objevu v souvislosti s tuberkulózou postihující Francii. Zjistilo se, že v oblastech jižní Francie, kde se pěstovaly hektary květin pro výrobu esenciálních olejů, dělníci neměli žádné problémy s dýchacím ústrojím. Začaly laboratorní testy, které postupně potvrdily antibakteriální, antivirové i antimykotické účinky éterických (esenciálních) olejů obsažených v těchto rostlinách.

Ve 20. století byly objeveny antiseptické účinky silic česneku jakožto prostředku v boji s často se vyskytující tuberkulózou (TBC), lupusem a záškrtem. Významným, ne

však jediným, průkopníkem aromaterapie v té době byl již zmiňovaný zakladatel termínu aromaterapie René Maurice Gattefosse, který se zabýval aplikací aromaterapie na kožní onemocnění z hlediska kosmetického i lékařského. Zejména jeho objev léčivých účinků levandulového oleje na spáleniny má velký význam i pro současnou aromaterapii (TISSERAND, 1988).

2.1.2 Základní produkty aromaterapie

Mezi hlavní produkty aromaterapie patří kvalitní základní (nosné) rostlinné oleje, maceráty, krémy, mléka a silicové esenciální oleje.

Základní oleje působí jako nosiče a ředidla silně koncentrovaných silicových olejů. Tyto základní - nosné oleje ředí čisté esence a podporují rychlé vstřebávání terapeutických olejů (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 2002).

Rostlinné oleje se získávají louhováním z ořechů či semen. Olej obsahuje hodně vitamínů, (A, D, E) a tím příznivě působí na pokožku, zejména dětskou (NAGORNAJA, 2002).

Mezi nejkvalitnější základní oleje náleží olej mandlový, který je univerzální, neutrální a nealergenní. Mandlový olej je též doporučován k ošetřování dětské pokožky postižené ekzémy.

Při nákupu těchto olejů je důležité si všimnout toho, zda byly zpracovány ekologicky, bez chemických látek. Za nejkvalitnější jsou považovány oleje lisované za studena (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 2002).

Dalším typem nosičů jsou tzv. maceráty, které získáváme vyluhováním rostlin do nosného oleje. Mezi nejznámější patří např. třezalkový, arnikový, měsíčkový (AROMATERAPIE, 2006).

Funkci nosičů-emulgátorů plní též kvalitní krémy či mléka. Éterické oleje se dobře rozpouštějí v jejich tukových složkách. Jedná se o tzv. jednoduchou emulgaci. Rozdíl spočívá v hustotě emulgátoru: krém je poměrně hustý a mléko je tekutější.

Aby byla aromaterapie účinná, doporučuje se používat jen kvalitní přírodní složky (HARDINGOVÁ, 2003).

Éterické oleje – vymezení pojmu, účinky

Vysvětleme si pojem éterické oleje. Slovo éterické vzniklo z řeckého slova aiter, což znamená vysoký vzduch (SCHIRNER, 2005).

Éterické oleje jsou směsi těkavých látek a jejich skladba je značně složitá a různorodá. Tato různorodost složení způsobuje i rozdílné účinky éterických olejů (NAGORNAJA, 2002).

Éterické oleje svým biochemickým složením působí na organismus takto:

- ❖ Dýchací systém podporuje např. éterický olej Eukalyptus kulatoplodý, Oměj, Blahovičnick zářivý, Borovice lesní, Tymián, atd.
- ❖ Oběhový systém blahodárně ovlivňuje např. éterický olej Citron, Bergamot, Citronela, Cypřiš, Rozmarýn atd.
- ❖ Za relaxační je považován např. éterický olej Levandule, Pomeranč sladký, Mandarinka, Palma růžová, Grep atd.
- ❖ Mezi éterické oleje s antiseptickými účinky náleží zejména Tea tree, Hřebíček, Eukalyptus, Lavandin, Citron atd.
- ❖ Protizánětlivé oleje prezentuje Borovice lesní, Heřmánek pravý i římský, Levandule a další.
- ❖ Éterické oleje vhodné na zažívání a trávení jsou: Oregano, Meduňka, Estragon, Fenykl, Kmín, Skořice a jiné.
- ❖ Nejvhodnější oleje proti plísním a kvasinkám představuje Tea tree, Lemongras, Bergamot, Litsea, Organum atd.
- ❖ Mezi oleje protivirové náleží Oregano, Skořice, Tymián, Hřebíček, Ravensara a jiné.
- ❖ Protialergické éterické oleje zastupuje Marocký heřmánek, Heřmánek modrý, Vavřín, Estragon a Bazalka tropická (ZRUBECKÁ; AŠENBRENEROVÁ, 2008).

2.2 Aromaterapie v praxi

Když se řekne slovo aromaterapie, většina z nás si představí zapálenou svíčku v aromalampě, z níž se line do prostoru příjemná vůně éterického oleje, vůně, která v nás evokuje libé pocity, vzpomínky, něco, co nás jakoby „pohladí po duši“.

Psychosomatických účinků éterických olejů využívá i japonská firma Simicu, která používá éterické oleje s vůní květů a rostlin působících na zvýšení produktivity práce, uklidnění a zbavování stresu ve výrobním procesu. Též ve velkých japonských podnicích je vzduch nasycen citrusovou vůní, která má značně povzbuzující účinky, dokonce prostory největší japonské firmy na výrobu parfémů Sisejdo jsou stále jemně provoněny levandulí a santalovým dřevem odstraňujícím únavu i stres a tím snižujícím možnost chyb při práci s počítačem (NAGORNAJA, 2002).

Aromaterapie se uplatňuje i v psychohygieně (meditace, relaxace...), v aromadiagnostice (diagnostikování psychického a somatického stavu klienta), v psychiatrii, v psychoterapii, v psychologii atd. (SAKOV, 2006).

Mezi další možnosti uplatnění aromaterapie v praxi patří tyto metody:

Inhalace

Jedná se vlastně - o vdechování vlhké páry při léčbě dýchacích obtíží a nachlazení, není však doporučována astmatikům. Dávkování: do horké vody nalít 6-12 kapek éterického oleje vhodného při léčbě dýchacích cest, nachlazení viz výše.

Terapeutická masáž

Jde o klasickou aromaterapeutickou masážní techniku, kdy se prostřednictvím lymfatické masáže a éterických olejů stimuluje oběh krve i mízy, a tak dochází k samoozdravným procesům organismu. Masáž éterickými oleji působí na náš limbický systém, a tím také ovlivňuje emoční centrum (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 1997).

Výběr masážního oleje probíhá dle individuálního rozpoložení klientky/ta. V létě se instinktivně volí éterické oleje s ochlazujícími účinky např. mátový, citrónový a v zimě naopak s účinky prohřívacími např. zázvorový či skořicový.

Odpařovače (aromalampy)

Tyto keramické nádoby se používají takto: hořejší část nádoby ve tvaru misky se naplní vodou s několika kapkami silicového oleje. Hořící svíčka dole ohřívá vodu v této misce, a tak se po místnosti pomalu line vůně oleje. Doporučuje se nakapat cca 3-6 kapek éterického oleje (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 1997).

Koupele

Éterický olej vybrán klientkou či klientem dle momentálního rozpoložení se rozředí v základním oleji např. v mandlovém, či v mléce, a vlévá se pod proudem příjemně teplé vody. Doporučená relaxace v této příjemné lázni je cca 15 minut (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 1997).

Koupele nohou

Dokáží unavené nohy osvěžit např. rozmarýnem a mateřídouškou nebo zklidnit např. levandulí či meduňkou (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 1997).

Vonný polštář, kapesníček, potpourri...

Tato metoda spočívá v uvolňování námi vybraných a nakapaných „éteráčků“ z povrchu různých předmětů (McGILVERYOVÁ; REEDOVÁ, 1997).

2.2.1 Aromaterapie pro zdraví

Výrobou aromaterapeutických produktů se zabývají různé firmy, mezi které náleží i Aromaterapie Karla Hadka. Tato firma s dlouholetou aromaterapeutickou tradicí nabízí nejen přípravky pěstící pokožku celého našeho těla, ale pomáhá i v prevenci a v léčbě drobných i vážnějších zdravotních problémů (AROMATERAPIE, 2012).

Aromaterapeutické přípravky Karla Hadka lze dělit na tyto skupiny:

- a) Přípravky doporučené pro masáž a balneoterapii
- b) Přípravky účinné v dermatologii
- c) Přípravky osvědčené v gynekologii a v porodnictví
- d) Přípravky ošetřující zuby, dutinu ústní a nosní sliznici
- e) Přípravky pečující o zdraví dětí (PERSPEKTIVY AROMATERAPEUTICKÝCH PROSTŘEDKŮ V PORODNICKÉ A NEONATOLOGICKÉ PRAXI, 1997).

Mezi oblíbené přípravky patří např.:

- ❖ Koupelové oleje – mandarinkový, meduňkový, tymiánový...
- ❖ Hydrofilní oleje na omývání obličeje (Hy-olej z růžového dřeva, Hy-olej ylang-ylang, Hy-olej santalový...)
- ❖ Sprchovací oleje – rozmarýnový, levandulový, z borovicového jehličí...
- ❖ Preparáty na intimní hygienu – Hy-Intima (pro ženy), Hy-Intim (pro muže)
- ❖ Nosní oleje
- ❖ Regenerační obličejové oleje - Arnika, Aloe Vera...
- ❖ Regenerační obličejové krémy - Levandulový SPF 6, Čajovníkový, Aknette.
- ❖ Anticelulitidová série „Cellu - Therap“ - koupelový olej Cellu Therap, masážní olej Cellu Therap
- ❖ Speciální preparáty - Hemosan, Molusan,...
- ❖ V nedávné době rozšířila Aromaterapie Karla Hadka svoji nabídku i o přípravky pomáhající našim domácím mazlíčkům – aromafaunu.
- ❖ Aromafauna - Endoparazit, Fauna Dentol, Fauna Oral...
- ❖ Další preparáty - masážní oleje, krémy a balzámy, potravinové doplňky, éterické oleje a jejich směsi, vitamíny.
- ❖ Významné místo v nabídce produktů Aromaterapie Hadka zaujímá dětská série pečující o naše nejmenší již od narození (AROMATERAPIE, 2012).

Aromaterapie v pediatrii

To, že aromaterapie dokáže pomoci malým dětem již od narození, by mohly potvrdit jejich maminky.

Aromaterapeutickými preparáty lze našim nejmenším léčit či zmírnit tyto zdravotní potíže:

- ❖ Koliky – zmírnit koliku napomáhá jemná masáž břicha s použitím směsi rostlinného oleje (2 lžice) s éterickým olejem heřmánkovým, mátovým či koprovým. (1 kapka) Masírujeme ve směru hodinových ručiček.
- ❖ Průjmová onemocnění – na průjem je vhodný éterický olej heřmánkový, citroníkový, levandulový, zázvorový, dobromyslový a mátový. Tyto olejíčky

lze smíchat se základním olejem v poměru 1- 2 kapky na 50 ml rostlinného oleje a touto směsí provést jemnou masáž nebo obklad.

- ❖ Opruzeniny – postižené místo potřít směsí rostlinného oleje (2 lžíce) s 1 kapkou éterického oleje heřmánkového, levandulového či kakostového.
- ❖ Poruchy spánku – na klidný spánek se doporučuje éterický olej z růže, nerolu, heřmánku a levandule. Použití: koupele, jemná masáž, aromatizace vzduchu či ložního prádla dítěte.
- ❖ Nachlazení, rýma – zde pomáhá aromatizovat vzduch éterickými oleji levandule, čajovník, eukalyptus, kakost. Doporučuje se 1 kapka na 5 m² prostoru a při úklidu – umýváním vodou - 1 kapka na každých 5 litrů vody.
- ❖ Suchá kůže – suché pokožce prospívá jemná masáž směsí olivového a mandlového oleje v poměru 1:4. Tuto směs je možno doplnit ještě o 1 kapku éterického oleje heřmánkového a neroliového či levandulového.
- ❖ Protahované hojení pahýlu pupeční šňůry – zde je vhodné potírání směsí rostlinného oleje s éterickým olejem levandulovým, eukalyptovým, čajovníkovým v poměru 5:1.
- ❖ Hnisavé vyrážky na kůži, omfalitida – doporučeno je potírání olejem levandulovým, mateřídouškovým, čajovníkovým smíchaným s rostlinným olejem v poměru 1:5, vhodné jsou i koupele s přidáním 1 kapky těchto éterických olejů do každých 10 litrů vody.
- ❖ Neklid – při neklidu mohou pomoci vonné polštářky, aromatizace vzduchu či koupel s přidavkem éterických olejů Levandule, Meduňky, Růže, Cypřiše, Heřmánku, Chmelu, Máty – 1 kapka na každých 10 litrů vody (NAGORNAJA, 2002).

Pro 20. století a začínající 21. století je typický rozvoj průmyslové výroby a s ním související znečišťování a poškozování životního prostředí, což není bez následků - způsobuje zvýšený výskyt ekologicky podmíněných onemocnění populace a zvláště dětí. S tímto životním stylem stoupá i míra stresu, který je spouštěčem různých onemocnění jako jsou například tato:

Astma

Při astmatickém záchvatu se doporučují jemné masáže dětského hrudníku éterickými oleji s pronikavou vůní kafru, levandule, majoránky, myrty, borovice, rozmarýnu, cypřiše či vavřínu.

Atopický ekzém

Při atopickém ekzému je kůže velmi citlivá, svědí a po rozškrábání dochází často k infekci a poté k zánětu. Tomuto může zabránit aromaterapie nabízející přípravky jednak proti svědění, jednak na dostatečné promaštění, které pokožka postižená ekzémem vyžaduje. Velmi vhodné jsou: mandlový olej, lněný, avokádový a olej kokosový.

Chřipka

Na chřipkové stavy se doporučují tyto byliny: eukalyptus, heřmánek, tea tree, tymián atd. Při kašli jsou vhodné jemné masáže zad, hrudníku a inhalace či koupele. Doporučená směs: mandlový olej smíchaný s éterickým olejem např. eukalyptovým, cypřišovým či rozmarýnovým (ZRUBECKÁ; AŠENBRENEROVÁ, 2008).

Aromaterapie má své místo též ve všech dětských zařízeních (k dezinfekci, k harmonizaci prostředí, ke koncentraci na výuku...), v tělocvičnách, v tanečních sálech, v domácnosti - příjemná atmosféra, úklid a dezinfekce (NAGORNAJA, 2002).

2.3 Zvláštnosti používání éterických olejů

- ❖ Každý z nás má svůj vlastní čichový práh, což znamená práh citlivosti na minimální množství látky, která může vyvolat reakci čichových orgánů.
- ❖ Čich člověka je citlivější více v létě než v zimě.
- ❖ Citlivější čich je u dětí.
- ❖ U děvčat (žen) je třeba při vdechování volit silnější koncentraci než u chlapců (mužů).
- ❖ Je dobré vědět, že méně někdy znamená více – menší dávky mívají často silnější účinky.
- ❖ Jen některé oleje se mohou užívat i vnitřně, u dětí však vnitřní užívání není doporučováno.
- ❖ Pokožka malých dětí je velmi citlivá, proto se doporučuje používat oleje jemné, vždy ředěné.
- ❖ Éterické oleje nepoužíváme v blízkosti ohně (NAGORNAJA, 2002).

Mezi éterické oleje vhodné pro domácí lékárničku se řadí tyto:

Levandule extra - tento olej jako jeden z mála olejů lze používat na pokožku i neředěný. Velmi účinný je na popáleniny, drobná poranění, mykózy, ošetření po kousnutí hmyzem či klíštětem, má i repelentní účinky. I když není vhodný pro lidi s nízkým tlakem, pomáhá při bolestech hlavy i nespavosti

Tea tree – má podobné účinky jako olej levandulový a též jej můžeme používat neředěný. Působí jako antiseptikum a je vhodný i na kloktání při bolestech v krku (4 kapky ve vodě). Doporučuje se též při respiračních obtížích, např. při bronchitidě.

Máta peprná – je vhodná při rýmě, nemoci z nachlazení, zánětech dutin i bolestech hlavy. Osvědčila se také na osvěžení a zvyšování soustředění u řidičů.

Rozmarýn extra – je znám pro své silně povzbuzující účinky, pomáhá odstraňovat únavu, bolest svalů, zlepšuje paměť a zvyšuje krevní tlak. Není vhodný v těhotenství a při epilepsii.

Fenykl - je velmi vhodný při trávicích potížích, v těchto případech se doporučují jemné masáže břicha tímto éterickým olejem rozředěným v základním rostlinném oleji. Fenykl se nedoporučuje používat při epilepsii (AROMATERAPIE, 2006).

Některé výhody aromaterapie oproti medikamentózním prostředkům:

- ❖ Biologicky aktivní látky, které se nacházejí v rostlinách, jsou produktem živého organismu a člověk je tedy může snadněji využít než syntetické medikamenty, jež jsou organismu cizí.
- ❖ Léky rostlinného původu jsou často pro lidský organizmus šetrnější než chemické medikamenty.
- ❖ Biologicky aktivní rostlinné látky mívají oproti chemickým lékům velmi zřídka vedlejší účinky.
- ❖ Aromaterapie je metoda příjemná, široce využitelná a po finanční stránce často i dostupnější než léčba chemickými léky.

V žádném případě však aromaterapie nemůže nahradit klasickou pediatrii s jejími účinnými medikamentózními prostředky. Aromaterapie má však též své nepopiratelné přednosti v terapii a v prevenci patologických projevů (NAGORNAJA, 2002).

2.4 Názory lékařů na aromaterapii

O tom, že na aromaterapii existují různé názory, svědčí tyto následující články:

Aromaterapie v gynekologické praxi

Aromaterapeutické preparáty HY-Intima, Albisan a Intisan se zabydly v ženských poradnách MUDr. Ivany Gerberové a MUDr. Jaroslava Matušky na poliklinice v Klatovech.

Speciální balzám *INTISAN Original AÖK* se jim velmi osvědčil jako prostředek při léčbě chronických obtíží u starších pacientek v období postklimakteria.

Tento preparát je též velmi účinný na zklidnění podrážděné pokožky u starších pacientů, u kterých je nutné používání plenkových kalhotek nebo hrozí riziko proleženin.

Balzám Intisan byl aplikován u všech těhotných žen, které ho již znaly z těhotenských kurzů Mgr. Zámečnickové (gravidní ženy jej používají např. k masáži

hráze, prsních bradavek, k ošetření hemeroidů a při chronických stavech zánětů zevního genitálu).

Zajímavé výsledky přineslo i používání směsi éterických olejů ALBISAN 365, který je indikován jako podpůrný přípravek při léčbě antibiotiky a antimykotiky, např. u akutních stavů kolpity (zánět pochvy).

V těchto ženských ordinacích se výborně osvědčil i Hydrofilní olej na intimní hygienu žen HY-INTIMA, který má silné preventivní účinky proti kvasinkovým onemocněním pohlavních orgánů, je velmi šetrný k citlivé sliznici (AROMATERAPIE, 2003).

Sisyfos – Klub českých skeptiků

Prof. MUDr. Jiří Heřt, DrSc. vyjadřuje svůj názor na aromaterapii v knize Alternativní medicína a léčitelství - Kritický pohled:

„Hodnocení: Do rámce vědecké medicíny lze zařadit jen používání vonných olejů inhalačním způsobem, kdy se využívají mírné antiseptické vlastnosti těchto látek a také pozitivní působení na psychiku prostřednictvím vůně. Avšak aromaterapie, tak jak ji vymyslel Tisserand a jak se většinou praktikuje, je právem řazena do oblasti medicíny pseudovědecké. Není totiž srozumitelné, jak by mohly jednotlivé esence působit na určité orgány a choroby“ (HEŘT, 2011, s. 196).

Má reflexe na tyto články

Dle mého názoru má každá léčebná metoda své výhody a nevýhody. Moderní medicína je velmi účinná při léčbě akutních nemocí. Určitě bychom neléčili prasklé slepé střevo pitím čajů a přikládáním obkladů. Zvláště, jsme-li vážně nemocní my nebo naše dítě, chceme, aby byla léčba rychlá, účinná a je jedno, jakým způsobem.

Proto si vážím lékařů, ale ani oni neznají všechny možnosti léčby a leckdy jsou bezmocní v léčbě chronických obtíží. Moderní medicína léčí pouze důsledky, ne příčiny nemoci. Na to nemá prostor ani čas. Odstraní momentální symptomy, ale ty skutečné problémy zůstávají hlouběji skryté a „vyplují“ napovrch dříve nebo později v mnohem vážnější podobě.

Celostní medicína (holistické metody léčby) klade důraz na velký vliv psychiky na celkové zdraví člověka a též velmi zdůrazňuje prevenci chorob. Holistická (alternativní) léčba se někdy podobá „běhu po dlouhé trati“, vede však člověka

ke změně myšlení, k zodpovědnosti za své zdraví, sebepoznávání a podněcuje lidský organismus k sebeozdravným pochodům. Vždyť pravé zdraví člověka tkví v citové, duševní a tělesné harmonii.

Cílem této bakalářské práce je srovnání účinků jak klasické (alopatické) tak aromaterapeutické (alternativní) léčby běžného onemocnění u dětí - rýmy. Proto následující kapitoly se budou věnovat této problematice.

2.5 Rýma (rhinitida)

Rýma patří mezi tzv. „nemoci z nachlazení“. Jde o onemocnění vyvolané viry, rhinoviry, adenoviry, parainflenzaviry, které na nás útočí kýchním a kašláním a způsobují infekční zánětlivá onemocnění horních cest dýchacích. Běžnými projevy jsou kýchní, rýma, chraptot, obtížné polykání, bolesti v krku, kašel, horečka, bolesti svalů a celková schvácenost. Tyto příznaky mohou být izolované nebo se mohou objevit samostatně v různých kombinacích. Nemoci z nachlazení patří u člověka mezi častá onemocnění. I když se nejedná o závažná onemocnění, neměli bychom je podceňovat, neboť organismus oslabují a takto může lehce dojít od zánětů dolních cest dýchacích až k zápalu plic (VORÁČKOVÁ, 2012).

Příznaky

O zánětlivém onemocnění rýmě hovoříme vždy, pokud se vyskytuje alespoň jeden z těchto příznaků: překrvení a zduření nosní sliznice, sekrece z nosu, nosní obstrukce, svědění a dráždění spojené s kýchním (VORÁČKOVÁ, 2012).

Rozdělení

Dle mezinárodních stanov se rýma rozděluje na *alergickou, infekční a ostatní*.

Alergická - sezonní , celoroční

Infekční – akutní, infekční, specifická, nespecifická

Ostatní – vazomotorická, profesionální, hormonální, alimentární, psychogenní (VORÁČKOVÁ, 2012)

Neboť tato práce se týká především léčby tzv. rýmy z nachlazení - infekční rýmy – je zde této problematice věnováno více prostoru.

2.6 Infekční rýma

Příčiny, příznaky

Infekční rýmu vyvolávají nejčastěji rhinoviry, reoviry, viry influenzy, parainfluenzy, RS viry a další viry. K přenosu dochází nejčastěji kapénkovou infekcí a inkubace je 1-4 dny. V první fázi se objevuje únava, slabost a bolesti hlavy. Poté dochází k překrvení nosní sliznice s pálením a bolestivostí v nose, jehož dalším, zvláště pro malé děti velmi nepříjemným projevem, je zvýšení nosní sekrece vodnaté nebo hnisavé. Infekční rýma může být jako samostatné onemocnění či jako průvodní projev jiné choroby- chřipky (VORÁČKOVÁ, 2012).

Prevence

Je všeobecně známo, že snadnější než léčba je vždy prevence. I když nachlazení a rýmě někdy není snadné se ubránit, přesto její výskyt či průběh můžeme ovlivnit těmito prostředky:

- ❖ Otužování - vhodné oblékání, sprchování vlažnou vodou...
- ❖ Pohyb na čerstvém vzduchu - např. každodenní procházka
- ❖ Hygiena - dodržování základních hygienických pravidel
- ❖ Péče o stav sliznic - zvlhčování vzduchu v našem prostředí, používání přípravků vhodných na ošetření suché nosní sliznice
- ❖ Dostatek tekutin - zejména čisté vody
- ❖ Strava bohatá na vitamíny a minerály - vit. A (beta-karoten) - zelená, žlutá zelenina a ovoce; vit. Skupiny B (ochrana proti infekci, chrání sliznice, protistresový) - kvasnice, celozrnná strava, játra a ledvinky; Vit. C (stimulace imunitního systému) - citrusové plody, černý rybíz, šípky, papriky; Vit. D (posilovač imunity) - rybí tuk, vejce, slunce; podporuje sliznici - fazole, ústřice, luštěniny
- ❖ Celková kondice - odpočinek, pozitivní způsob myšlení (DAVENPORT, 1998)

2.6.1 Léčba infekční rýmy alopatickými prostředky

Jak již bylo zmíněno, cílem této práce je srovnání účinků aromaterapeutických preparátů (Nosní olej Baby) s účinky alopatických přípravků běžně dostupných v lékárnách. Neboť pojem aromaterapie i s jejími prostředky byl již objasněn v předchozích kapitolách, je vhodné vysvětlit pojem alopatie a její prostředky využívané při léčbě rýmy (rhinitidy).

Alopatie – vysvětlení pojmu

Dle vysvětlení pojmů na vyhledávači Google se jedná o „způsob léčby, při kterém se podávají léky působící proti původcům a příznakům nemoci (např. u mikrobiální infekce podávání antimikrobiálních léků)“ (VELKÝ LÉKAŘSKÝ SLOVNÍK, 2008, on-line).

Alopatické přípravky doporučované k léčbě infekční rýmy

Při léčbě infekční rýmy jsou doporučována lokální sympatomimetika s dekongesčním účinkem. Jsou to látky, které se používají ke snížení nateklé nosní sliznice (dekongesce) a též zahušťují nosní sekret (degongesce). Tyto látky přinášejí úlevu. Léčba však nesmí přesahovat 7 dní, neboť dlouhodobé užívání lokálních sympatomimetik poškozuje nosní sliznici (vazokonstrikce) a může způsobit rýmu chronickou. Po náhlém přerušení déletrvající léčby se může vyskytnout zhoršení stavu s potřebou dalšího již návykového užívání - takzvaný sanorinismus. To vede k poškození slizničního epitelu a atrofické suché rinitidě. Mezi tyto látky patří nafazolin, oxymetazolin, tramazolin a xylometazolin. Tyto a jiné látky (viz níže) jsou obsažené v těchto přípravcích alopatické medicíny: Sanorin, Nasivin, Nasivin senzitive, Oxamet, Oxamet mint, Mar Rhino nosní sprej, Olynth HA, Otrivin, Rhino-stas galmed nosní sprej, Rinoxyl, Nasic, Muconasal plus a další (VORÁČKOVÁ, 2012).

Účinné látky – jejich výhody a nevýhody

Každá léčba přináší své kladné i záporné stránky. Nejinak je tomu i při léčbě rýmy alopatickými prostředky. Výhody léčby jsem označila klasicky znaménkem +, nevýhody léčby jako -.

Efedrin

- Jedná se o přirozený rostlinný amin, který je obsažen hlavně lokálně v nosních kapkách. Má často nežádoucí účinky, které vedou též k závislosti - efedrinismu.

Pseudoefedrin

Látka mající podobné farmaceutické vlastnosti.

+ V poslední době však nachází stále větší uplatnění jako součást perorálních léčivých přípravků užívaných k léčbě nachlazení.

Nafazolin

+ Zmírňuje rýmu, zánět hltanu, zánět paranasálních dutin, sennou rýmu a napomáhá opadnutí otoku sliznice horních cest dýchacích.

- Kontraindikace: může způsobit přecitlivělost na nafazolin, záněty kůže a sliznice v okolí nosních vchodů s tvorbou strupů.

- Mezi nežádoucí účinky řadíme: podráždění, pálení, suchost sliznice, bolest hlavy či nevolnost a někdy též po aplikaci déle než 7 dní návyk- sanorinismus s intenzivním zduřením sliznice. Není doporučeno dlouhodobé užívání - poškození slizničního epitelu (vazokonstrikce).

- OTC: Sanorin

Oxymetazolin

+ Oxymetazolin je látka, která má vazokonstrikční vlastnosti, snižuje překrvení a otok sliznice, uvolňuje průchodnost nosních průduchů a snížení sekrece.

- Kontraindikace: není vhodný pro děti mladší 8 let- záněty kůže a sliznice v okolí nosních vchodů s tvorbou strupů, může způsobovat těžké kardiovaskulární onemocnění. Též nevhodný je pro těhotné a kojící ženy.

- Mezi nežádoucí účinky patří: pálení, suchost nosní sliznice, kýčání, pocit ucpaného nosu, zvýšený krevní tlak, zrychlený tep, poruchy spánku. Dlouhodobé užívání způsobuje poruchu sliznice (vazokonstrikci).

OTC: Nasivin, Nasivin senzitive, Oxamet, Oxamet mint

Xylometazolin

+ Působí proti překrvení a otoku sliznice, což vede k uvolnění nosních průduchů a snížení sekrece. Je doporučován při rýmě, zánětu hltanu, zánětech vedlejších nosních dutin, senné rýmě a také k opadnutí otoku sliznice horních cest dýchacích.

- Kontraindikace: není vhodný pro děti mladší 7 let - záněty kůže a sliznice v okolí nosních vchodů s tvorbou strupů, též možnost způsobení zeleného zákalu. Je nevhodný pro těhotné a kojící ženy (konzultace s lékařem).

- Mezi nežádoucí účinky patří: pálení v nose, suchá nosní sliznice, zvýšení otoku nosní sliznice, bolesti hlavy, nespavost, únava, tachykardie.

OTC: Mar Rhino nosní sprej, Olynth, Olynth HA, Otrivin, Rhino-stas galmed nosní sprej, Rinoxyl, Nasic

Tramazolin

+,- Látka s podobnými kladnými i zápornými účinky

OTC: Muconasal plus

Lokální antibiotika nosní

+Tato antibiotika jsou doporučována při léčbě bakteriální rýmy. Patří sem fusafungin, který má protizánětlivé účinky a je vhodný i pro těhotné a kojící ženy. Tato látka je zastoupena ve volně prodejném přípravku Bioparox (VORÁČKOVÁ, 2012).

V důsledku rýmy vznikají často komplikace, které je třeba též léčit. Mezi nejčastější patří zánětlivá onemocnění vedlejších dutin nosních a zánět středního ucha.

Zánět vedlejších dutin nosních (sinusitida)

Při popisu léčby rýmy nesmíme opominout ani záněty vedlejších dutin vznikajících často při rýmě nebo chřipce. Zvýšenou sekreci v těchto dutinách vyvolává přítomná infekce. Když se tekutinou naplní vedlejší nosní dutiny- čelo, tváře - dostaví se prudká bolest, a to hlavně po předklonu. U dětí mladších 5 let bývají postiženy jen dutiny ve tvářích, neboť se u nich ostatní dutiny vyvíjejí až později. Obvyklým příznakem je hustý a zbarvený výtok z nosu. Tyto symptomy se léčí dekongestivy (látky snižující otok nosní sliznice) či antibiotiky (DAVENPORT, 1998).

Akutní zánět středního ucha (otitis media acuta)

Jedná se o hnisavý zánět středouší a postiženy jsou především děti v kojeneckém a batolecím věku. Typické pro toto onemocnění jsou prudké bolesti vystřelující při polknutí až do krku. Děti se probudí bolestí dvě až tři hodiny po usnutí, často s teplotou či horečkou, jsou plačtivé, stěžují si na bolest v uchu, kojenci se za ucho jen chytají. Původcem je většinou virová infekce, méně často infekce bakteriální.

Léčba: podávání dekongesčních kapek, analgetik (ušní kapky), v případě bakteriální infekce - antibiotika (ASTL, 2010).

2.6.2 Léčba infekční rýmy aromaterapeutickými přípravky – Nosní olej BABY

Již v úvodu své bakalářské práce jsem se zmínila o tom, co mne motivovalo k tomu, že se chci v této práci zabývat srovnáním výše zmíněných účinků alopatických preparátů s účinky aromaterapeutického preparátu - Nosního oleje Baby.

Kdo má malé děti, dobře ví, jak může naše nejmenší a s nimi i celou rodinu potrápiti obyčejná rýma. Dobře si pamatuji na bezesné noci, kdy se z postýlky našeho nachlazeného syna ozýval nepříjemný zvuk z jeho ucpaného nosu. Synek špatně snášel běžně dostupné kapky a po nocích jsme „válčili“ i s odsávačkou. To se však stávalo do doby, než jsem se seznámila s Aromaterapií Karla Hadka a mezi jeho skvělými produkty objevila i Nosní olej Baby. Tento olejíček vonící po heřmánku byl našimi dětmi velmi dobře snášen, vždy jim přinesl úlevu, ale hlavně po jeho aplikaci měly děti nosy „jako v bavlnce“ (lépe se jim dýchalo) a rýma se jim začala vyhábat.

Neboť učím v mateřské škole ve velkém městě, kde není nouze o faktory vyvolávající infekce nosních dutin, zvláště u našich nejmenších, zajímalo mne srovnání účinků tohoto nosního oleje s účinky alopatických nosních přípravků běžně dostupných v lékárnách.

2.7 Nosní olej Baby (Aromaterapie Karel Hadek)

Neboť dětská nosní sliznice je velmi citlivá, měli bychom být opatrní při výběru nosních přípravků určených pro děti.

Nosní olej Baby neobsahuje žádné syntetické látky a minerální oleje, které by mohly u dětí způsobit potíže, naopak vytváří na nosní sliznici jemný olejový film, který ji chrání před nepříznivými faktory životního prostředí a též před nepříjemným vysycháním.

Éterické oleje obsažené v Nosním oleji Baby působí antimikrobiálně a zabraňují tak kumulaci a množení choroboplodných zárodků v nosní dutině. Olej lze tedy používat jak k léčbě, tak k prevenci následků nachlazení - rýmy.

Pan Karel Hadek, vynikající chemik, dle jehož receptur vznikají skvělé a účinné preparáty firmy Aromaterapie Karel Hadek, hovoří o Nosním oleji Baby jako o preparátu s velkým výkonem pomáhajícím těm nejmenším řadu let. Dle jeho názoru náleží tento produkt k těm nejlépe probádaným preparátům Aromaterapie Karla Hadka. Při jedné z cest na Ukrajinu navázal pan Hadek kontakty s gynekologicko - pediatrickým institutem v Kyjevě. Jedná se nejen o vysoce specializované pracoviště, ale v dobách bývalého Sovětského svazu zde došlo ke spolupráci těch nejlepších odborníků. Dětský Nosní olej Baby zde vzbudil velký zájem a byl v tomto institutu testován a to dle nových evropských norem na léčiva. Bylo velmi potěšující, že tamní klinické testy nejen potvrdily jeho již empiricky ověřené účinky, ale tento preparát se mimořádně terapeuticky osvědčil i u dětí postižených důsledkem havárie černobylské jaderné elektrárny (AROMATERAPIE, 1999).

Účinné látky, jejich výhody a nevýhody:

Tak jako jsou označeny výhody alopatických preparátů znaménkem + a nevýhody znaménkem -, i zde jsou tímto způsobem označeny výhody a nevýhody Nosního oleje Baby.

+ Základ přípravku je tvořen vysoce kvalitním mandlovým rostlinným olejem a třezalkovým macerátem.

+ Nosní olej Baby neobsahuje žádný mentol, který i přes své pozitivní účinky může u dětí vyvolávat nepříjemné pocity.

+ Nosní olej Baby obsahuje éterický olej heřmánkový a levandulový, jenž mu dodává příjemnou vůni velmi dobře přijatelnou i pro malé dítě.

+ Vitamíny A, E, F

+ U větších dětí je možné aplikovat několikrát denně do každé nosní dírky jednu kapku za pomoci kapátka.

- U menších dětí je tento způsob aplikace kapátkem obtížný, proto se doporučuje pouze vetřít preparát vatičkou do každé nosní dírky a jeho okolí.

Mandlový rostlinný olej - má silné regenerační účinky, proto je vhodný např. k ošetření sluncem popálené pokožky. Často je základem regeneračních a uklidňujících preparátů.

Třezalkový macerát - má vysokou koncentraci účinných látek, je silně regenerační, zvláčňující, protizánětlivý.

Heřmánkový éterický olej - má silné protizánětlivé, antiseptické a hojivé účinky.

Levandulový éterický olej - má silné regenerační, uklidňující, antiseptické účinky.

Vit. A - velmi účinný v procesu regenerace a hojení sliznic, při jeho nedostatku-záněty, infekce.

Vit. E - silné regenerační a hojivé účinky (AROMATERAPIE PLUS, 1998).

Vit. F - Vitamin F neboli esenciální mastné kyseliny ovlivňují naši energii, posilují cévy, podporují imunitu, ovlivňují správnou funkci srážlivosti krve, starají se o tělesnou teplotu (DETOXIKACE ORGANISMU, 2012).

3 CÍLE A ÚKOLY

3.1 Cíl práce

Hlavním cílem této bakalářské práce je zjistit, jaké jsou rozdíly v účincích nosních aromaterapeutických preparátů (Nosní olej Baby) a alopatických prostředků (běžně dostupných v lékárnách) při léčbě rýmy u dětí předškolního věku.

3.2 Úkoly práce

V první řadě shromáždím z dostupných zdrojů co největší množství publikované literatury a dalších odborných materiálů vztahujících se k tématu mé práce. Po prostudování těchto dokumentů vypracuji osnovu určující písemné zpracování teoretické i praktické části. Poté sestavím dotazník a připravím vzorek Nosního oleje Baby, který následně s dotazníky rozdám rodičům dětí 25. MŠ v Plzni mající zájem o šetření účinků tohoto nosního preparátu. Rodiče posuzující u svých dětí účinky alopatických nosních preparátů zakoupených v lékárnách obdrží pouze dotazníky. Získaná data utřídím a následně vyhodnotím.

3.3 Odborné otázky a předpoklady

Otázka 1: Je nástup účinků alopatických preparátů rychlejší než nástup účinků Nosního oleje Baby?

Předpoklad 1: Předpokládám, že rýma rychleji ustoupila po léčbě alopatických preparátů.

Otázka 2 : Byly nežádoucí účinky mírnější při užití Nosního oleje Baby než při aplikaci preparátů alopatických?

Předpoklad 2: Předpokládám, že při užití Nosního oleje Baby se vyskytlo méně komplikací než u alopatických nosních preparátů.

Otázka 3: Užívá se Nosní olej Baby častěji ve věkové kategorii dětí do 4 let?

Předpoklad 3: Předpokládám, že Nosní olej Baby je aplikován především u mladší věkové skupiny dětí do 4 let.

4 PRAKTICKÁ ČÁST

4.1 Metodika práce

V teoretické části jsem využila metodu analýzy a syntézy odborného textu. Na základě získaných vědomostí z odborné literatury a zkušeností z vlastní praxe jsem sestavila písemný dotazník. V úvodu tohoto dotazníku je oslovení respondentů, seznámení s účelem šetření tohoto dotazníku a poděkování respondentům za jeho vyplnění. Dotazník byl rozdělen do dvou částí. První část - společná (otázky č.1-5) - obsahovala otázky pro rodiče s aromaterapeutickým preparátem i pro rodiče s preparátem alopatickým. Otázky se týkaly věku, pohlaví respondentů a preference dětských nosných preparátů. Druhá část dotazníku (po filtrační otázce č. 5) obsahovala otázky týkající se pouze skupiny A – aromaterapie (Nosní olej Baby) a pouze skupiny B (alopatický přípravek). Otázky pro skupinu A (ot. č. 6 - 10) směřovaly ke zjišťování intenzity rýmy před aplikací preparátu, rychlosti účinků po jeho aplikaci a projevů nežádoucích účinků během léčby aromaterapeutickým preparátem (Nosní olej Baby). Otázky pro skupinu B (ot. č. 11-15) zjišťovaly název preferovaného alopatického přípravku, rychlost účinků tohoto přípravku, nežádoucí účinky a komplikace během léčby tímto přípravkem. Vzor nevyplněných dotazníků je v přílohové části uveden jako příloha č. 1 (dotazník společný pro sk. A i pro sk. B), č. 2 (dotazník pro skupinu A) a č. 3 (dotazník pro skupinu B).

Při sestavování dotazníku jsem se snažila pečlivě vážit druh a obsah jednotlivých otázek. V dotazníku jsem volila otázky uzavřené, kdy respondenti vybírali jednu z odpovědí. Jedna otázka byla polouzavřená, respondenti na ni odpovídali vlastní variantou a jedna otázka byla filtrační (REICHEL, 2009). Ke zpracování otázek a následnému ověřování odborných předpokladů jsem použila statistickou veličinu četnosti. Tato veličina je absolutní nebo relativní. Udává počet hodnot daného statistického znaku v daném statistickém souboru. Absolutní četnost hodnoty statistického znaku Z_a udává počet výskytů znaku „z“ v daném statistickém souboru „S“. Relativní četnost hodnoty statistického znaku „Z_r“ je dána v procentech a udává procentuální zastoupení daného statistického znaku „z“ k celkovému počtu všech statistických znaků.

Výpočet relativní četnosti jsem prováděla dle vzorce $Z_r = Z_a/S (*100)$ [%]

4.2 Charakteristika souboru

Dotazníkové šetření bylo prováděno v období od 3.12. do 17.12. 2012 v 25. MŠ v Plzni. Pro toto šetření jsem oslovila celkem 50 respondentů. Návratnost byla 48 dotazníků, tj. 96%. Dva dotazníky byly vyřazeny pro neúplnost. Použitelných dotazníků ke statistickému zpracování bylo 46, tj. 92%.

Oslovila jsem rodiče dětí navštěvující mateřskou školu, ve které působím jako učitelka. Dotazníky jsem rozdávala osobně, což umožnilo zodpovědět případné dotazy respondentů, a tím ověřit srozumitelnost dotazníků. Cílovou skupinu dotazníkového šetření tvořily děti ve věku 3 - 6 let a to v rozmezí 3 - 4 roky, 4 - 5 let a 5 - 6 let, z toho celkem 21 děvčat a 25 chlapců. Respondenti byli rozděleni do 2 skupin: skupina A (26 respondentů) šetřící účinky aromaterapeutického preparátu Nosní olej Baby a skupina B (20 respondentů) hodnotící účinky nosního alopatického preparátu běžně dostupného v lékárně. O schválení dotazníkového šetření jsem požádala ředitelku 25. MŠ v Plzni, paní Natašu Špelinovou. Její souhlasné vyjádření je k dispozici jako příloha č. 4.

4.3 Organizace experimentálního šetření

V září 2012 na třídní schůzce byli rodiče dětí 25. MŠ v Plzni seznámeni s dotazníkovým šetřením, s jeho cílem a významem. Zároveň byli požádáni o spolupráci. V listopadu 2012 byly připraveny dotazníky a Nosní oleje Baby.

3. 12. 2012 bylo respondentům rozdáno 50 dotazníků. Respondenti, kteří si ve společné části dotazníku vybrali šetření účinků Nosního oleje Baby (aromaterapie - sk. A), k dotazníku obdrželi ještě tento produkt. Ostatní respondenti (sk. B), kteří volili hodnocení účinků „svých“ nosních alopatických preparátů běžně dostupných v lékárně, dostali pouze dotazník. Ověření srozumitelnosti dotazníků proběhlo během jejich předávání - byly zodpovězeny různé dotazy respondentů. Čas na vyplnění dotazníků nebyl přesně vymezený. Dotazníky byly vráceny postupně od 12. 12. do 17. 12. 2012.

Vyplněné dotazníky byly zkompletovány a v programu Excel vyhodnoceny. Na základě zjištěných výsledků došlo k potvrzení či nepotvrzení odborných otázek a předpokladů.

5 VÝSLEDKY A DISKUSE

5.1 Výsledky dotazníkového šetření

Následující tabulky a grafická znázornění jsou řazené podle pořadí otázek v dotazníku. První čtyři tabulky a grafy prezentují všeobecné údaje: věk, pohlaví a preferenci nosních preparátů užívaných při léčbě dětské rýmy. Tabulky jsou číslovány a grafy označeny. Pátá otázka dotazníku je filtrační, rozděluje respondenty dle jejich zájmu o šetření účinků na dvě skupiny: skupinu A šetřící účinky Nosního oleje Baby (aromaterapie) a skupinu B hodnotící účinky alopatických preparátů běžně dostupných v lékárně. Další tabulky jsou tudíž označeny číslem a velkým písmenem A či B. Otázky pro skupinu A jsou znázorněny tabulkami 6 A - 10 A, otázky pro skupinu B prezentují tabulky 11 B – 15 B.

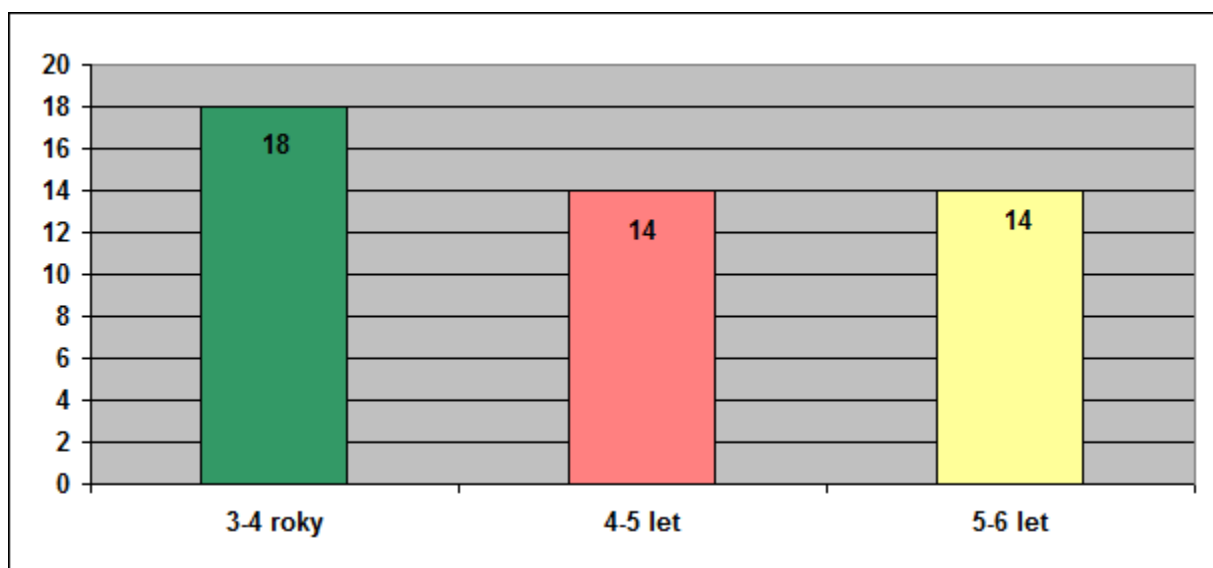
Výsledky dotazníkového šetření – společná část pro sk. A i pro sk. B:

Otázka 1. Uveďte, prosím, věk Vašeho dítěte:

Tabulka č. 1 Přehled věkového rozložení

Věk	Absolutní četnost	Relativní četnost
3-4 roky	18	39,13%
4-5 let	14	30,43%
5-6 let	14	30,43%
Celkem	46	100,00%

Z přehledu je patrné, že 39,13% respondentů bylo ve věku 3 až 4 roky, což bylo nejvíce ze všech věkových kategorií. 4 až 5 letých a 5 až 6 letých bylo vyrovnaně 30,43% .



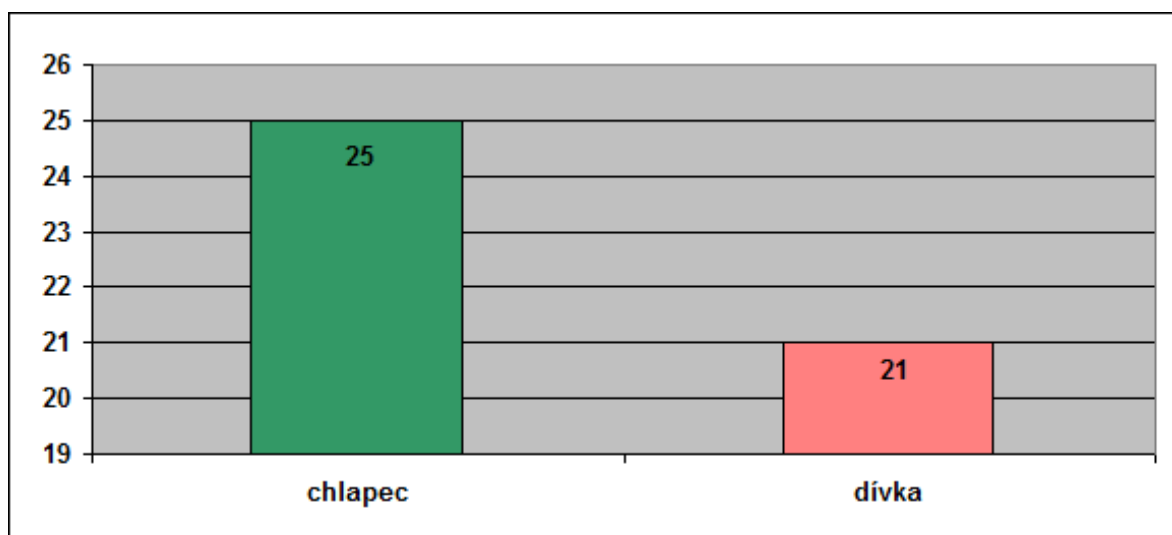
Graf 1 Převod tabulkových dat

Otázka 2. Uved'te, prosím, pohlaví Vašeho dítěte:

Tabulka č. 2 Přehled podle pohlaví

Pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
chlapec	25	54,35%
dívka	21	45,65%
Celkem	46	100,00%

Z šetření vyplynulo, že 54,35% dotazovaných byli chlapci a 45,65% dívky.



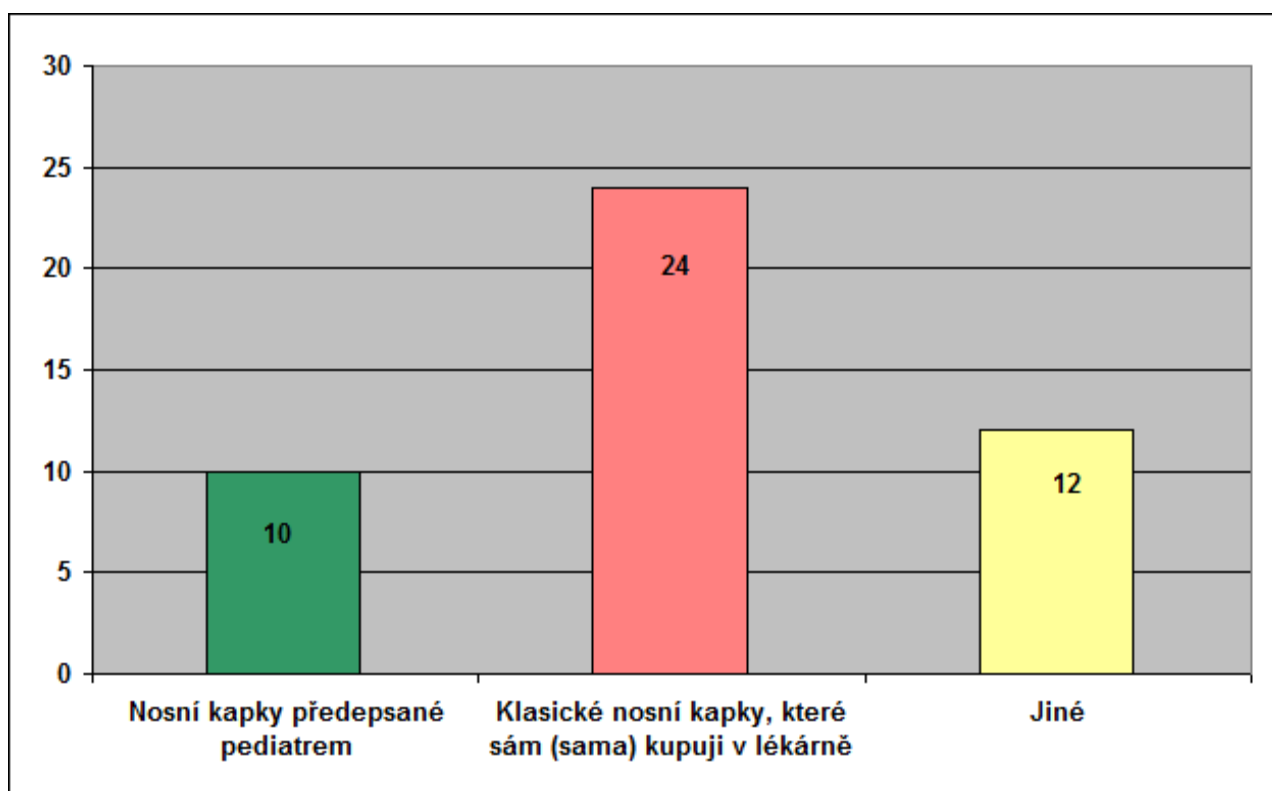
Graf 2 Převedení tabulkových dat

Otázka 3. Jaké nosní preparáty nejčastěji užíváte u svého dítěte při léčbě rýmy?

Tabulka č. 3 Přehled druhů nosních kapek

Rozdělení	Absolutní četnost	Relativní četnost
Nosní kapky předepsané pediatrem	10	21,74%
Klasické nosní kapky, které sám (sama) kupuji v lékárně	24	52,17%
Jiné	12	26,09%
Celkem	46	100,00%

Nejvíce dotazovaných, tj. 52,17% užívá při léčbě rýmy klasické nosní kapky. Jiné preparáty používá 26,09% dotazovaných a nosní kapky předepsané pediatrem preferuje 21,74% dotazovaných.



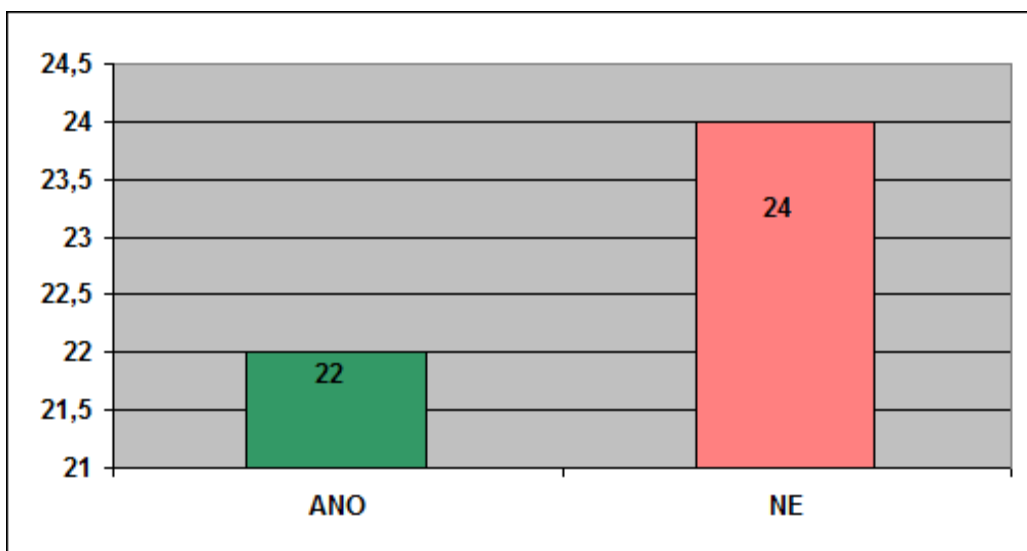
Graf 3 Převedení tabulkových dat

Otázka 4. Znáte Nosní olej Baby-Aromaterapie Karel Hadek?

Tabulka č. 4 Přehled znalosti Baby olej - Aromaterapie Hadek

Znalost	Absolutní četnost	Relativní četnost
ANO	22	47,83%
NE	24	52,17%
Celkem	46	100,00%

Dotazovaných znajících Nosní olej Baby bylo dvacet dva, tj. 47,83% a neznajících dvacet čtyři, tj. 52,17%.



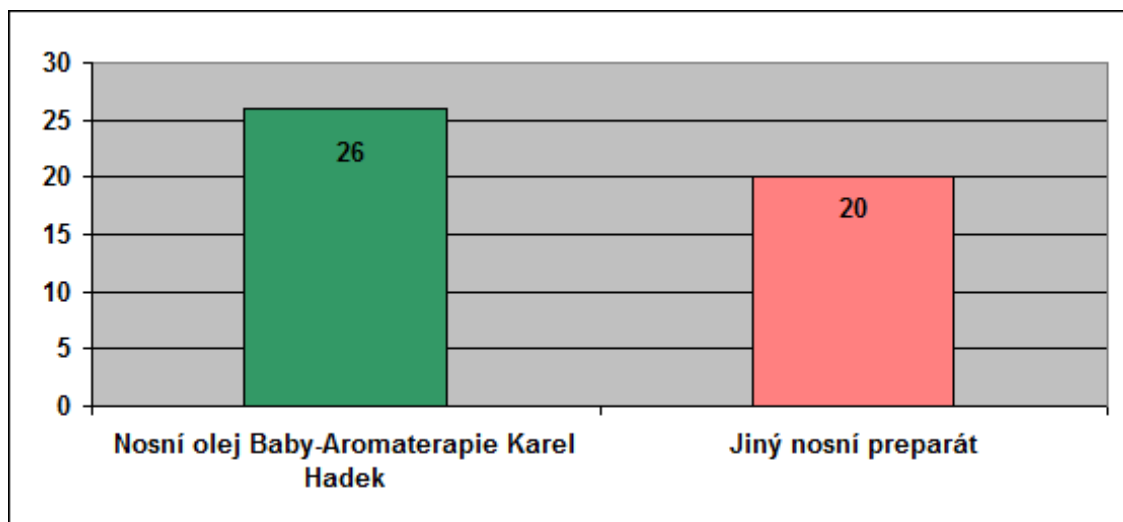
Graf 4 Převodění tabulkových dat

Otázka 5. Měla (měl) byste zájem o šetření účinků?

Tabulka č. 5 Přehled zájmu o preparáty k šetření účinků

Druhy preparátů	Absolutní četnost	Relativní četnost
Nosní olej Baby-Aromaterapie Karel Hadek	26	56,52%
Jiný nosní preparát	20	43,48%
Celkem	46	100,00%

Ze zjištěných výsledků vyplynulo, že dvacet šest, tj. 56,52% respondentů mělo zájem o šetření účinků Nosního oleje Baby. O jiné nosní preparáty byl zájem u dvaceti, tj. 43,48% respondentů.



Graf 5 Převedení tabulkových dat

Na následující otázky odpovídají pouze ti, kteří uvedli v otázce 5 odpověď a)

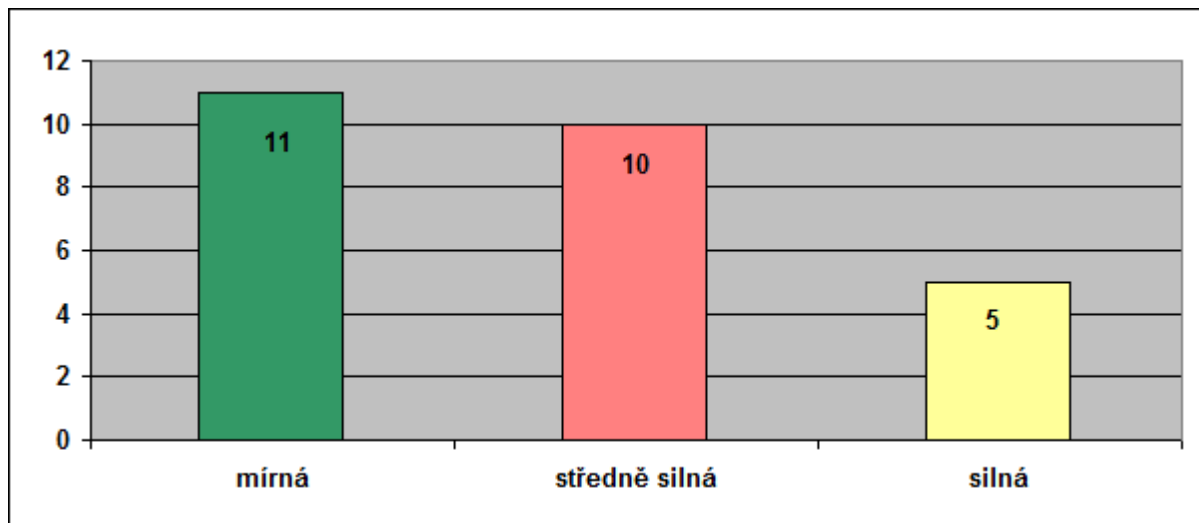
Ostatní pokračují otázkou č. 11

Otázka 6 A. Mělo Vaše dítě na počátku aplikace tohoto oleje rýmu:

Tabulka č. 6 Přehled rýmy na počátku aplikace oleje Baby-Aromaterapie Karel Hadek

Druhy rýmy	Absolutní četnost	Relativní četnost
mírná	11	42,31%
středně silná	10	38,46%
silná	5	19,23%
Celkem	26	100,00%

Na počátku aplikace Nosního oleje Baby mělo jedenáct dotazovaných, tj. 42,31% rýmu mírnou, středně silnou rýmu udávalo deset, tj.38,46% dotazovaných a pouhých pět, tj.19,23% trpělo silnou rýmou.



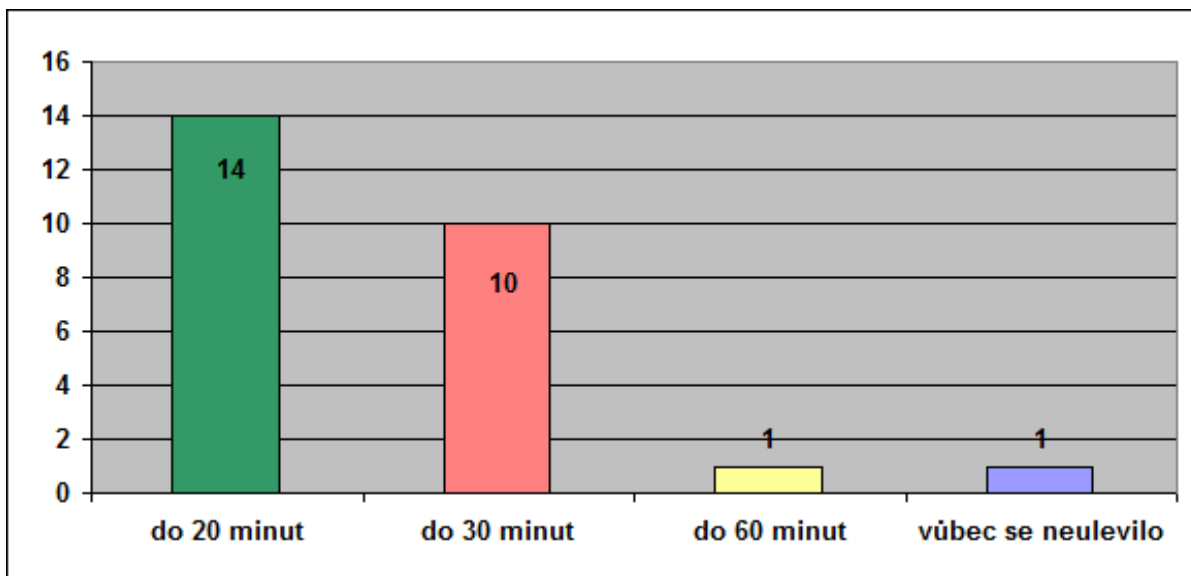
Graf 6 Převedení tabulkových dat

Otázka 7A. Po aplikaci nosního preparátu se Vašemu dítěti ulevilo

Tabulka č. 7 Přehled časového intervalu od aplikace do úlevy

Interval času	Absolutní četnost	Relativní četnost
do 20 minut	14	53,85%
do 30 minut	10	38,46%
do 60 minut	1	3,85%
vůbec se neulevilo	1	3,85%
Celkem	26	100,00%

Úlevu po léčbě Nosním olejem Baby pocíťovalo nejvíce, tj. 53,85 % dotazovaných do 20 minut. Do 30 minut se ulevilo deseti, tj. 38,46 % dotazovaným, do šedesáti minut pouze jednomu, tj. 3,85 % dotazovanému a rovněž jeden, tj. 3,85 % dotazovaný nepocíťil úlevu vůbec.



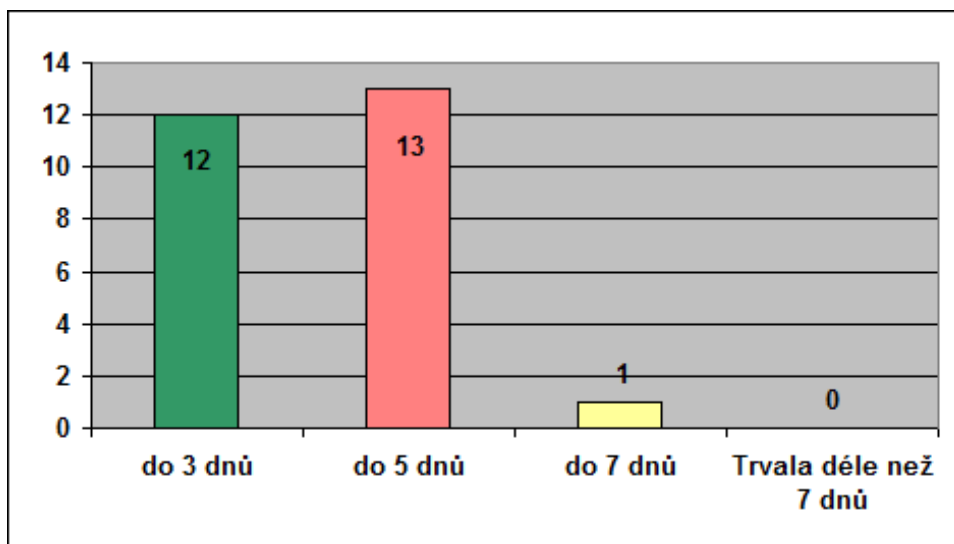
Graf 7 Převodění tabulkových dat

Otázka 8 A. Po aplikaci tohoto preparátu rýma ustala:

Tabulka č. 8 Přehled časového intervalu od aplikace do konce rýmy

Interval času	Absolutní četnost	Relativní četnost
do 3 dnů	12	46,15%
do 5 dnů	13	50,00%
do 7 dnů	1	3,85%
Trvala déle než 7 dnů	0	0,00%
Celkem	26	100,00%

Z uvedených zjištění vyplynulo, že po užívání Nosního oleje Baby u největšího počtu dotazovaných, tj. 50,00 % rýma ustala do 5 dnů. Do 3 dnů rýma ustoupila u dvanácti, tj. 46,15 % dotazovaných, pouze jeden, tj. 3,85 % respondent měl rýmu do 7 dnů a u žádného, tj. 0,00 % respondenta netrvala rýma déle než 7 dnů.



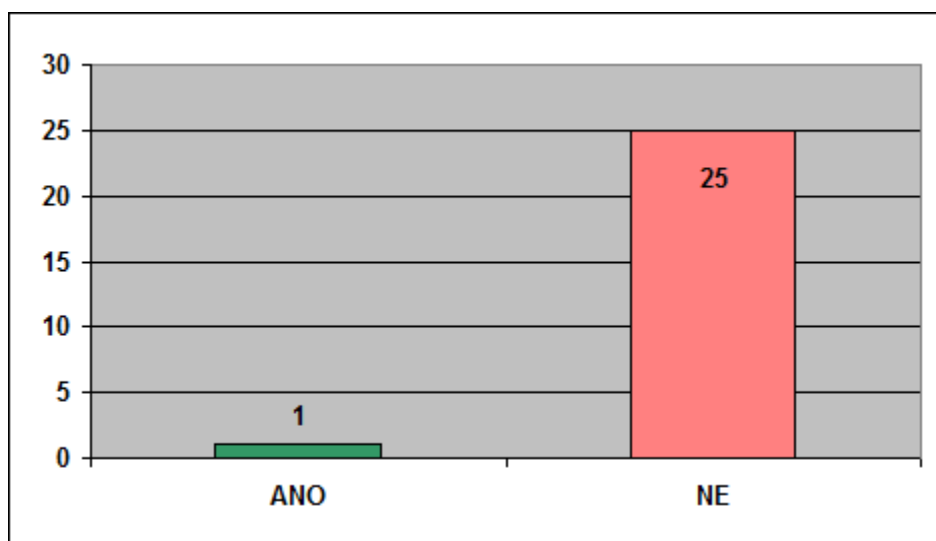
Graf 8 Převod tabulkových dat

Otázka 9 A. Projevily se během léčby u Vašeho dítěte nežádoucí účinky, např. suchost, svědění, pálení nosní sliznice či nosních dírek?

Tabulka č. 9 Přehled odpovědí na nežádoucí účinky

Odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
ANO	1	3,85%
NE	25	96,15%
Celkem	26	100,00%

Téměř všichni respondenti, tj. 96,15 % aplikující Nosní olej Baby nepocíťovali žádné nežádoucí účinky, tyto účinky udával pouze jeden, tj. 3,85 % respondent.



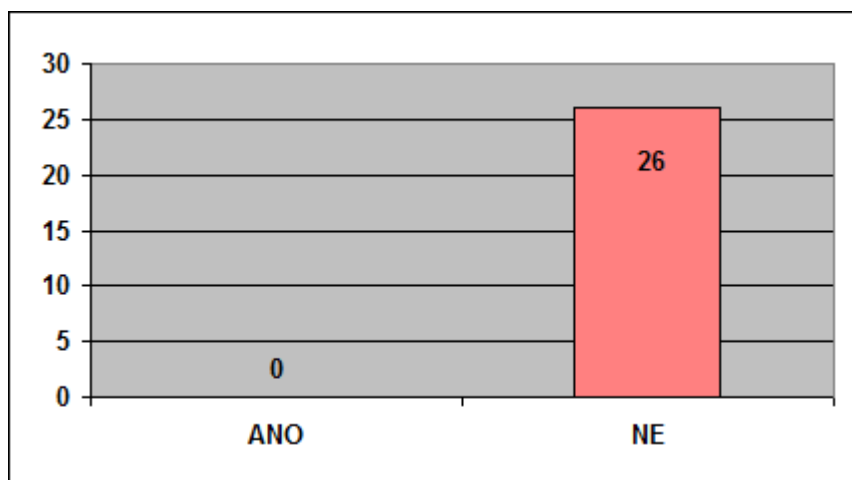
Graf 9 Převodění tabulkových dat

Otázka 10 A. Nastaly v průběhu léčby Vašeho dítěte komplikace ve formě zánětu středního ucha nebo zánětu nosních dutin?

Tabulka č. 10 Přehled odpovědí na otázku komplikace rýmy

Odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
ANO	0	0,00%
NE	26	100,00%
Celkem	26	100,00%

Komplikace v průběhu léčby Nosním olejem Baby nevedl žádný, tj. 0,00 % dotazovaný, 26, tj. 100,00 % dotazovaných nežádoucí účinky Nosního oleje Baby nepořadalo.



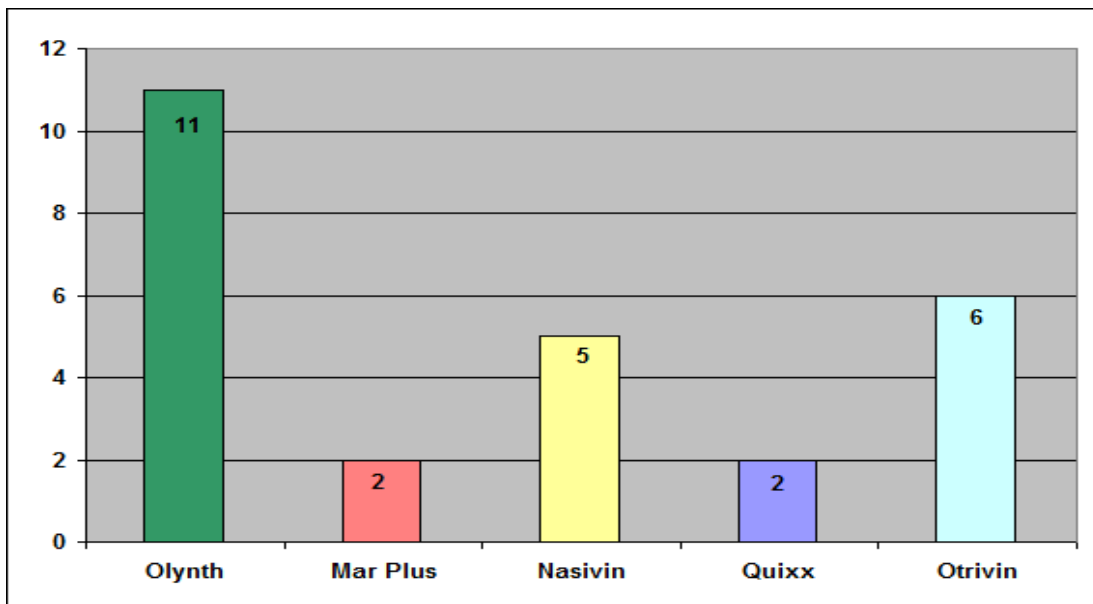
Graf 10 Převod tabulkových dat

Otázka 11 B. Uved'te, prosím, název (názy) nosních kapek, které svému dítěti nejčastěji při rýmě aplikujete:

Tabulka č. 11 Přehled nejčastěji aplikovaných přípravků na rýmu

Přípravky	Absolutní četnost	Relativní četnost
Olynth	11	42,31%
Mar Plus	2	7,69%
Nasivin	5	19,23%
Quixx	2	7,69%
Otrivin	6	23,08%
Celkem	26	100,00%

Dle zjištěných údajů nejvíce, tj. 42,31 % dotazovaných užívá při léčbě dětské rýmy alopatický preparát Olynth. V pořadí dalším preparátam je Otrivin, 23,08 %, Nasivin užívaný pěti, tj. 19,23 % dotazovanými a dva, tj. 7,69 % dotazovaní léčí rýmu svého dítěte alopatickými přípravky Mar Plus a Quixx.



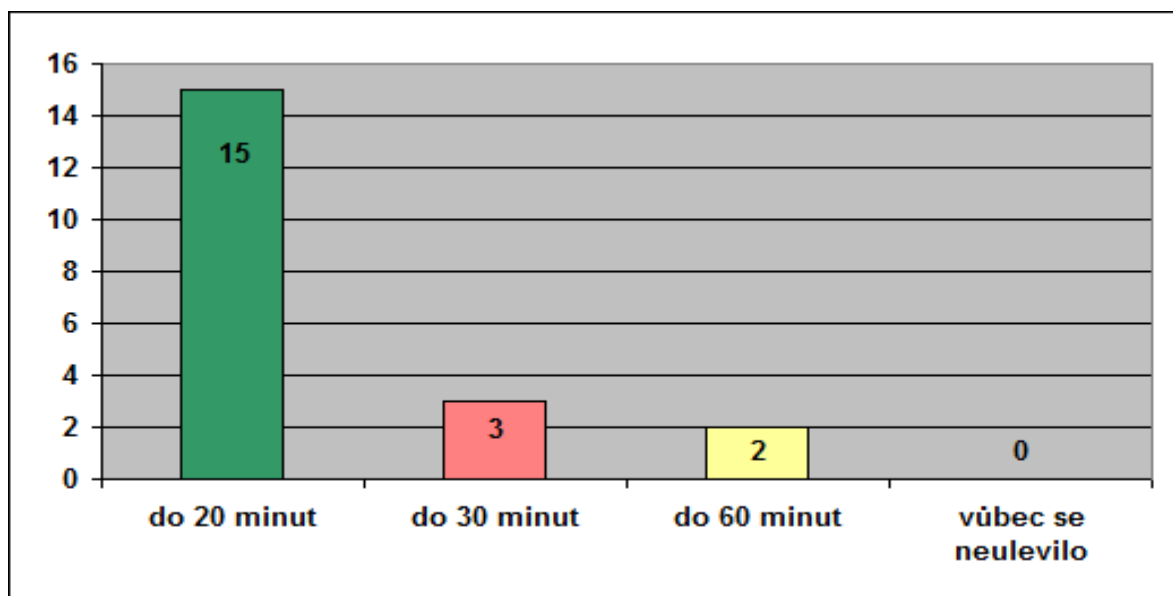
Graf 11 Převodění tabulkových dat

Otázka 12 B. Po aplikaci těchto nosních kapek se Vašemu dítěti ulevilo:

Tabulka č. 12 Přehled časového intervalu od aplikace do úlevy

Interval času	Absolutní četnost	Relativní četnost
do 20 minut	15	75,00%
do 30 minut	3	15,00%
do 60 minut	2	10,00%
vůbec se neulevilo	0	0,00%
Celkem	20	100,00%

Úlevu po léčbě alopatickými prostředky pocívalo nejvíce, tj. 75,00 % dotazovaných do 20 minut. Do 30 minut se ulevilo třem, tj. 15,00 % dotazovaným a do šedesáti minut pouze dvěma, tj. 10,00 % dotazovaným.



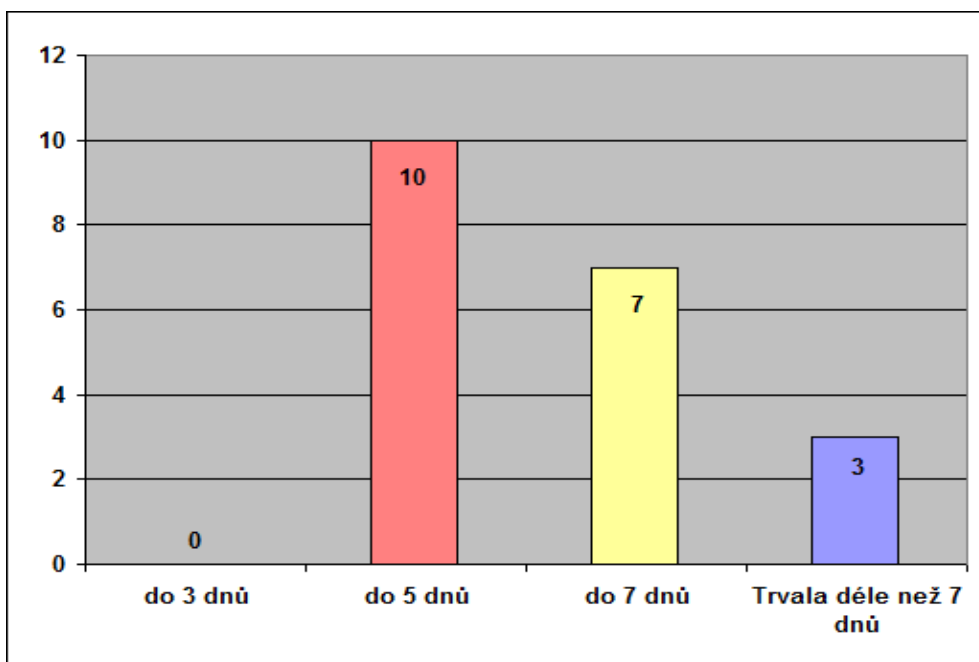
Graf 12 Převodění tabulkových dat

Otázka 13 B. Po aplikaci tohoto preparátu rýma ustala:

Tabulka č. 13 Přehled časového intervalu od aplikace do konce rýmy

Interval času	Absolutní četnost	Relativní četnost
do 3 dnů	0	0,00%
do 5 dnů	10	50,00%
do 7 dnů	7	35,00%
Trvala déle než 7 dnů	3	15,00%
Celkem	20	100,00%

Z uvedených zjištění vyplynulo, že po užívání alopatických nosních preparátů do 3 dnů rýma neustoupila u žádného, tj. 0,00 % dotazovaného a u největšího počtu, tj. 50,00 % dotazovaných rýma ustala do 5 dnů. Do 7 dnů rýma ustoupila u sedmi, tj. 35,00 % dotazovaných a pouze tři, tj. 15,00 % dotazovaní měli rýmu trvající déle než 7 dnů.



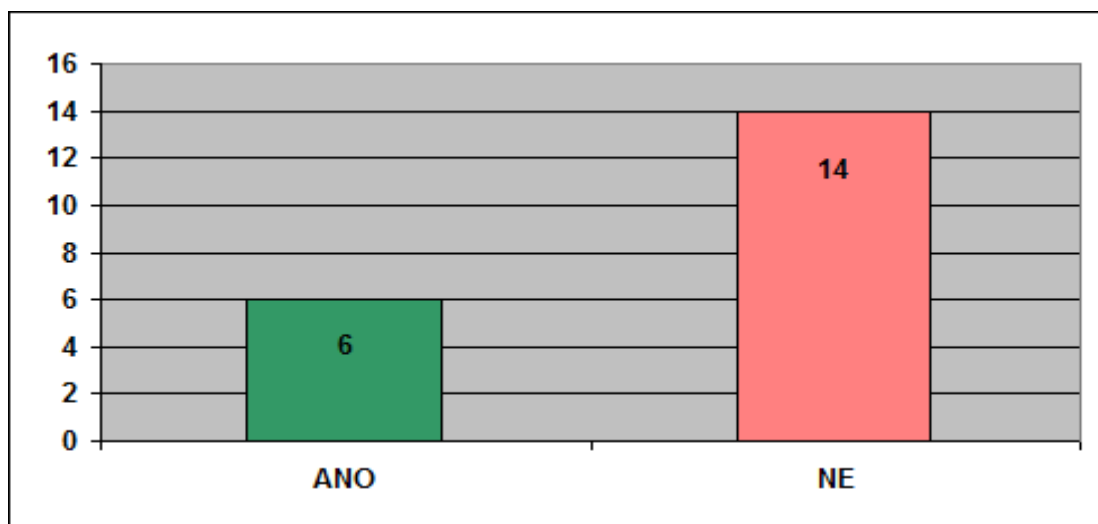
Graf 13 Převodění tabulkových dat

Otázka 14 B. Projevily se během léčby u Vašeho dítěte nežádoucí účinky, např. suchost, svědění, pálení nosní sliznice či nosních dírek?

Tabulka č. 14 Přehled odpovědí na nežádoucí účinky

Odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
ANO	6	30,00%
NE	14	70,00%
Celkem	20	100,00%

Bylo zjištěno, že nežádoucí účinky alopatických nosních preparátů pocítilo šest, tj. 30,00 % respondentů a čtrnáct, tj. 70,00 % respondentů nežádoucí účinky negovalo.



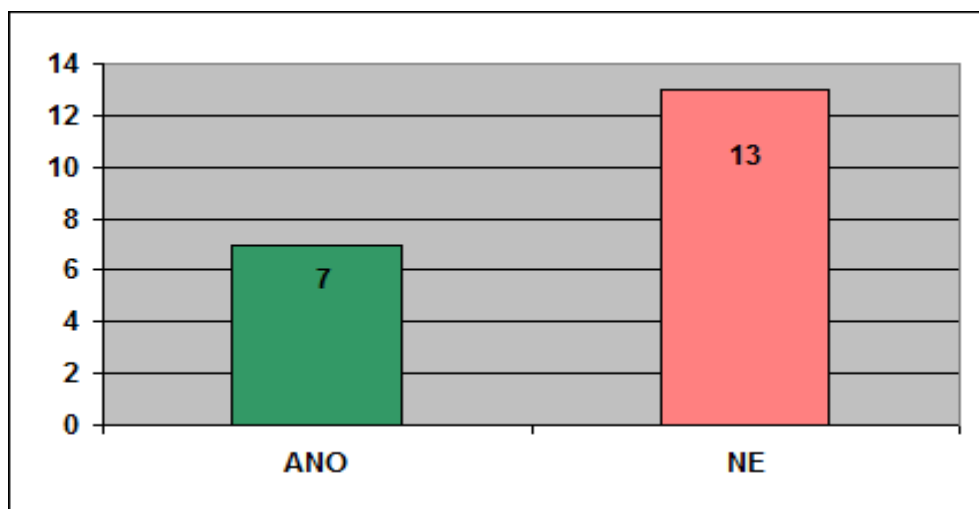
Graf 14 Převodění tabulkových dat

Otázka 15 B. Nastaly v průběhu léčby Vašeho dítěte komplikace ve formě zánětu středního ucha nebo zánětu nosních dutin?

Tabulka č. 15 Přehled odpovědí na otázku komplikace rýmy

Odpovědi	Absolutní četnost	Relativní četnost
ANO	7	35,00%
NE	13	65,00%
Celkem	20	100,00%

Při léčbě alopatických nosních preparátů nastaly komplikace u sedmi, tj. 35,00 % dotazovaných. Třináct, tj. 65,00 % dotazovaných komplikace nepožívalo.



Graf 15 Převodění tabulkových dat

5.2 Diskuze ke zjištěným faktům

Na základě výsledků dotazníkového šetření jsem posuzovala platnost mnou stanovených předpokladů. Bylo provedeno zpracování odpovědí z celkového počtu respondentů, tj. čtyřiceti šesti. Rozdíly v odpovědích byly procentuálně vyčísleny.

Odborný předpoklad 1. Předpokládám, že rýma rychleji ustoupila po léčbě alopatických preparátů.

K ověření předpokladu byly použity v dotazníku otázky 7 A, 8 A, 12 B a 13 B. Otázky byly směřovány na časový interval od začátku užívání daného preparátu do pocitu úlevy a časový interval od první aplikace daného preparátu do doby vyléčení rýmy.

Na otázku 7 A a 12 B týkající se časového intervalu úlevy po aplikaci daného preparátu odpověděli respondenti takto: do 20 minut pocítilo úlevu čtrnáct respondentů, tj. 53,85 % ze skupiny A (Nosní olej Baby) a patnáct respondentů, tj. 75,00 % ze skupiny B (alopatika). Úlevu do 30 minut zaznamenalo deset dotazovaných, tj. 38,46 % ze skupiny A a tři dotazovaní, tj. 15,00 % ze skupiny B. Úlevu do 60 minut potvrdil jeden respondent, tj. 3,85 % ze skupiny A a dva respondenti, tj. 10,00 % ze skupiny B. Při aplikaci daného nosního preparátu se vůbec neulevilo jednomu dotázanému, tj. 3,85 % ze skupiny A a žádnému z dotazovaných, tj. 0,00 % ze skupiny B.

Dotazníková otázka 8 A a 13 B směřovala ke zjištění časového intervalu, ve kterém došlo k vyléčení rýmy po aplikaci daného preparátu. Po aplikaci tohoto preparátu rýma ustala do 3 dnů u dvanácti respondentů, tj. 46,15 % ze skupiny A a neustala u žádného respondenta, tj. 0,00 % ze skupiny B. Konečný ústup rýmy do 5 dnů zaznamenalo třináct dotazovaných, tj. 50,00 % ze skupiny A a deset dotazovaných, tj. 50,00 % ze skupiny B. Do 7 dnů se cítil bez rýmy jeden dotazovaný, tj. 3,85 % ze skupiny A a sedm dotazovaných, tj. 35,00 % ze skupiny B. U žádného respondenta, tj. 0,00 % ze skupiny A netrvala rýma po aplikaci preparátu déle než 7 dnů, avšak ve skupině B potvrdili po aplikaci rýmu trvající déle než 7 dnů tři respondenti, tj. 15,00 %.

Tento odborný předpoklad se mi nepotvrdil. Otázka 11 B ověřila, že nejčastěji užívané alopatické preparáty při léčbě dětské rýmy jsou např. Olynth (42,31%), Otrivin (23,08%), Nasivin (19,23%) a další. Po zjištění, že tyto přípravky obsahují látky s dekonescenčním účinkem, tj. snižující nateklou nosní sliznici a zahušťující sekret,

jsem se domnívala, že po aplikaci těchto nosních alopatických rýma rychle odezní. Odpovědi respondentů na otázky směřující ke zjištění rychlosti účinků daného preparátu byly však značně vyrovnané nebo naopak vypovídaly o rychlejším nástupu účinků Nosního oleje Baby (aromaterapie). Též úlevu od rýmy do 30 minut po aplikaci Nosního oleje Baby zaznamenalo deset, tj. 38,46% dotázaných, kdežto po aplikaci nosního alopatického přípravku došlo k úlevě do 30 minut pouze u tří dotázaných, tj. u 15%.

Odborný předpoklad se mi nepotvrdil ani v šetření sledující dobu potřebnou k vyléčení rýmy po aplikaci daného nosního preparátu. Dle odpovědí ústup rýmy do 3 a do 5 dnů pocítilo více respondentů při užití Nosního oleje Baby než u alopatických nosních preparátů. Rýmu trvající do 7 dnů po aplikaci Nosního oleje Baby potvrdil pouze jeden respondent, tj. 3, 85 %, kdežto ve skupině šetřící účinky alopatických přípravků to bylo sedm respondentů, tj. 35 %. Rýmu trvající déle než 7 dnů neměl po aplikaci Nosního oleje Baby nikdo, tj. 0,00 % avšak ze skupiny hodnotící nosní alopatica ji měli ještě tři dotazovaní, tj. 15 %.

Odborný předpoklad 2. Předpokládám, že při užití Nosního oleje Baby se vyskytlo méně komplikací než u alopatických nosních preparátů.

Dotazníkové otázky, které posloužily k ověření druhého předpokladu, byly 9 A, 10 A, 14 B a 15B.

Otázky byly cílené na nežádoucí účinky daných nosních preparátů a na komplikace vyskytující se v průběhu léčby tímto preparátem.

Na otázku 9 A a 14 B ověřující nežádoucí účinky, jako je např. suchost, svědění, pálení nosní sliznice či okolí nosních dírek respondenti odpověděli takto: zmíněné nežádoucí účinky pocítil jeden respondent, tj. 3, 85 % ze skupiny A (Nosní olej Baby) a potvrdilo je šest respondentů, tj. 30,00 % ze skupiny B (alopatica). Dvacet pět otazovaných, tj. 96,15 % ze skupiny A nepotvrdilo nežádoucí účinky Nosního oleje Baby a čtrnáct dotazovaných, tj. 70,00 % ze skupiny B nepocítilo nežádoucí účinky alopatického preparátu.

Otázky 10 A a 15 B se týkaly komplikací vzniklých v důsledku rýmy. Jedná se např. o zánět středního ucha či zánět nosních dutin. V průběhu léčby preparátem nenastaly u žádného respondenta, tj. 0,00 % ze skupiny A zmíněné komplikace a ze skupiny B nastaly tyto komplikace u sedmi respondentů, tj. 35 % a třináct respondentů, tj. 65,00 % z této skupiny B bylo bez komplikací.

Tento odborný předpoklad se mi potvrdil. Nežádoucí účinky (suchost, svědění, pálení nosní sliznice či okolí nosních dírek) pociťoval pouze jeden, tj. 3,85 % z dotazovaných aplikujících Nosní olej Baby, ale šest, tj. 30,00 % dotazovaných užívajících alopatické nosní přípravky, je potvrdilo. Nežádoucí účinky Nosního oleje Baby negovalo celých dvacet pět, tj. 96,15 % respondentů, avšak nežádoucí účinky alopatických nosních preparátů byly negovány pouze u čtrnácti, tj. 70,00 % respondentů. Co se týče komplikací během léčby daným přípravkem, i v tomto se mi předpoklad zcela potvrdil. Tyto komplikace ve formě zánětu středního ucha či zánětu nosních dutin neměl žádný dotazovaný, tj. 0,00 % šetřící účinky Nosního oleje Baby, avšak z dotazovaných aplikujících alopaticka tyto komplikace mělo sedm, tj. 35,00 % a třináct, tj. 65,00 % dotazovaných komplikace negovalo. Myslím si, že daná zjištění vypovídají o tom, že Nosní olej Baby je šetrným přípravkem pečujícím o citlivou dětskou nosní sliznici. Jak již bylo popsáno v teoretické části, tento nosní přípravek neobsahuje žádné syntetické látky způsobující dětem potíže, naopak svým složením (např. mandlový rostlinný olej, heřmánkový a levandulový éterický olej, vit. A, E, F) chrání jemnou nosní sliznici dětí. Mile mne překvapilo to, že Nosní olej Baby též chrání před komplikacemi ve formě zánětů středouší a nosních dutin. Domnívám se, že je to způsobeno tím, že éterický heřmánkový a levandulový olej vykazující silné protizánětlivé a antiseptické účinky, jsou důležitou součástí tohoto aromaterapeutického preparátu. Oproti tomu alopatické nosní preparáty kromě pozitivních účinků (působí proti překrvení a otoku sliznice, uvolňují nosní průduchy a snižují sekreci, protizánětlivé účinky ...) mají i účinky vedlejší (pálení v nose, suchá nosní sliznice, bolesti hlavy, nespavost, při dlouhodobém užívání poškození nosní sliznice, atd.). Nicméně mne příjemně překvapilo to, že respondentů pociťujících nežádoucí účinky alopatických preparátů nebyl tak vysoký počet, jež jsem očekávala (6 respondentů, tj. 30,00%). Myslím si, že je to dáno absencí konzervantů v těchto přípravcích a šetrnější recepturou, než jaká bývala kdysi.

Odborný předpoklad 3. Předpokládám, že Nosní olej Baby je aplikován především u mladší věkové skupiny dětí do 4 let.

K ověření posledního odborného předpokladu byly podkladem otázky č. 1, 4 a 5 společné pro skupinu A (Nosní olej Baby) i pro skupinu B (alopatické nosní preparáty). I když tyto otázky sledovaly všeobecné údaje, posloužily zároveň k ověření posledního předpokladu.

Dotazníková otázka 1 ověřovala věkové zastoupení respondentů. Dle zjištění se šetření účinků nosních preparátů zúčastnilo osmnáct, tj. 39,13 % respondentů 3 – 4 letých a respondenti 4 -5 a 5 -6 letí se zúčastnili ve vyrovnaném počtu čtrnácti, tj. 30,43 %.

Otázka 4 a 5 sledovala zkušenosti respondentů s užíváním Nosního oleje Baby či zájem respondentů o tento preparát.

Na otázku 4 ověřující znalost Nosního oleje Baby bylo dvacet dva, tj. 47,83 % kladných odpovědí a dvacet čtyři, tj. 52,17 % odpovědí záporných.

Otázka 5 zodpověděla zájem dotazovaných o šetření účinků Nosního oleje Baby či alopatického preparátu. O Nosní olej Baby projevilo zájem dvacet šest, tj. 56,52 % respondentů a o alopatica mělo zájem dvacet, tj. 43,48 % respondentů.

Tento poslední předpoklad se mi potvrdil pouze částečně. Podle výsledků se šetření účinků dětských nosních preparátů sice zúčastnilo nejvíce (39,13 %) respondentů věkové kategorie 3 – 4 letých, avšak Nosní olej Baby znalo méně respondentů (47,83 %) než respondentů, kteří jej neznali (52,17%). Na druhé straně mne překvapil zájem dotazovaných o šetření účinků tohoto preparátu. O hodnocení účinků Nosního oleje Baby (aromaterapie) projevilo zájem dvacet šest, tj. 56,52 % dotazovaných, kdežto o hodnocení alopatických nosních přípravků se zajímalo pouhých dvacet, tj. 43,48 % dotazovaných respondentů. Domnívám se, že zájem respondentů (věková kategorie 3-4 letých) o Nosní olej Baby je způsoben jeho oblibou u maminek dětí v nejtětlejším věku, a to již v období novorozeneckém. V některých českých porodnicích již funguje aromaterapie při porodu, tzv. „voňavé porody“ a maminky novorozenců dostávají při odchodu z porodnice aromaterapeutický balíček obsahující přípravky k péči o miminka. V tomto balíčku se nachází i Nosní olej Baby, který neobsahuje účinný avšak pálivý mentol. Tato látka je zde zastoupena stejně účinným éterickým olejem heřmánkovým a levandulovým dětem příjemným a usnadňujícím jim dýchání.

5.3 Doporučení pro praxi

Na základě nastudovaných poznatků z teoretické části práce a ze zjištěných závěrů praktické části shledávám doporučení v níže uvedených směrech.

- ❖ Vytvářet v rámci své profese učitelky mateřské školy cestou aromaterapie takové podmínky, které napomáhají prevenci vzniku rýmy a komplikací s rýmou související (např. používání éterických olejů s mikrobiálními, antivirovými účinky - zvlhčovač vzduchu).
- ❖ Seznamovat děti mateřské školy s hygienickými, preventivními opatřeními a učit je pečovat o své zdraví i přírodními produkty.
- ❖ Edukace rodičů zaměřená na správnou péči o nosní sliznici dětí, seznámení s možnostmi léčby a prevence běžných dětských onemocnění aromaterapeutickými prostředky.

6 ZÁVĚR

Cílem této práce bylo srovnání účinků alopatických a aromaterapeutických dětských nosních preparátů. Zajímalo mne, zda se aromaterapeutický nosní produkt (Nosní olej Baby – aromaterapie Karel Hadek) účinností vyrovná prostředkům alopatickým, a jaké jsou rozdíly v jejich účincích při léčbě dětské rýmy.

V první polovině teoretické části jsem shrnula studiem odborných zdrojů získané poznatky z oblasti aromaterapie – historie, produkty, možnosti využití v praxi i v pediatrii, atd. Druhá polovina teoretické části se zabývá rýmou a léčbou infekční rýmy alopatickými prostředky a aromaterapeutickým přípravkem – Nosní olej Baby. Je zde uvedeno složení alopatických nosních přípravků a uvedeny jsou i účinné látky Nosního oleje Baby.

V praktické části jsem srovnávala účinky těchto odlišných nosních preparátů při léčbě dětské rýmy. Toto šetření jsem prováděla formou písemných dotazníků pro rodiče dětí z mateřské školy. Při hodnocení účinků byl rodiči aplikován u dětí Nosní olej Baby (Aromaterapie Karel Hadek) a alopatické nosní přípravky dostupné v lékárně.

Jak vyplynulo z dotazníkového šetření, aromaterapeutický produkt - Nosní olej Baby - je účinnější při léčbě dětské infekční rýmy, navíc je šetrnější k citlivé nosní sliznici dětí, kterou ošetřuje a má vynikající preventivní účinky i proti komplikacím vzniklých v důsledku rýmy – zánětům nosních dutin a středouší. Na druhé straně pro mne bylo příjemným zjištěním to, že nosní alopatické preparáty měly nežádoucí účinky u méně respondentů, než jsem očekávala, což je, myslím, způsobeno absencí konzervantů a vylepšenou technologií těchto přípravků.

Tato práce doplnila mé dosavadní teoretické poznatky i praktické zkušenosti v oblasti aromaterapie, jejím využíváním v každodenním životě a též při léčbě běžného dětského onemocnění, zánětů horních cest dýchacích, rýmy. Dalším, neméně důležitým přínosem pro mne bylo rozšíření znalostí o alopatických nosních preparátech a jejich účincích při léčbě dětské rýmy. Výsledky této bakalářské práce též potvrdily můj názor na to, že aromaterapie se svými šetrnými účinky může být využívána při léčbě a prevenci běžných onemocnění a to především u dětí.

7 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Knižní a časopisecké zdroje:

Aromaterapie plus. Ústí nad Labem: Cosmetic Karl Hadek International, s.r.o., 1998.

Aromaterapie: časopis pro zdraví. Ústí nad Labem: Cosmetic Karl Hadek International, s.r.o, 2003, roč. 2003, č. 4, s. 44

Aromaterapie: časopis pro zdraví. Ústí nad Labem: Cosmetic Karl Hadek International, s.r.o, 2006

Aromaterapie: časopis pro zdraví. Ústí nad Labem: Cosmetic Karl Hadek International, s.r.o, 2012

ASTL, Jaromír. Lokální aplikace léčiv u dětí při onemocnění horních cest dýchacích. *Pediatric pro praxi*. 2010, roč. 11, č. 5, s. 312-316.

BRANDTNER, Petr. *Aromaterapie plus: rostlinné oleje, éterické oleje, účinné látky v kosmetice, léčivé rostliny, běžné nemoci*. Ústí nad Labem: Cosmetic Karl Hadek s.r.o., 1996, 127 s. ISBN 80-238-3446-0.

DAVENPORT, Penny. *Nachlazení*. Vyd. 1. Překlad Helena Fajstavrová. Frýdek-Místek: Alpress, 1998, 128 s. Přírodní cestou. ISBN 80-721-8048-7.

DYE, Jame. *Aromaterapie pro ženu a dítě*. Praha: Alternativa, 1992.

HARDING, Jennie. *Tajemství aromaterapie*. 1. české vyd. Praha: Svojtka, 2003, 224 s. Tajemství (Svojtka. ISBN 80-723-7761-2.

HEŘT, Jiří. *Alternativní medicína a léčitelství*. Vyd. 1. V Praze: Věra Nosková, 2011, 238 s. ISBN 978-808-7373-156.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2007, 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

MCGILVERY, Carole a Jimi REED. *Základy aromaterapie*. Praha: Svojtka a Vašut, 1997, 96 s. ISBN 80-718-0203-4.

NAGORNAJA, Natálie Vladimirovna. *Aromaterapie v pediatrii*. 1. vyd. Ústí nad Labem: Cosmetic Karl Hadek International, s.r.o., 2002.

Perspektivy použití aromaterapeutických prostředků v porodnické a neonatologické praxi: závěry vědeckého symposia konaného v Ústavu PPG AMV Ukrajiny 1997. Plzeň: Pro společnost Aromaterapie Karel Hadek vydala Grafia, 2011, 28 s. ISBN 978-80-87046-29-6.

SAKOV, Igor' Vladimirovič. *Vůně pro duši: úvod do aromapsychologie*. 1. vyd. Doubice: One Woman Press, 2010, 178 s. ISBN 978-80-86356-51-8.

SCHIRNER, Markus. *Aromatické oleje: popis a použití více než 200 druhů éterických a základních olejů*. Vyd. 1. Olomouc: Fontána, c2005, 255 s. ISBN 80-733-6207-4.

TISSERAND, Robert. *Aromaterapie pro každého*. Brno: Spektrum, 1992.

TUMANOVA, HADEK a kol.: *Perspektivy použití aromaterapeutických prostředků v porodnické a neonatologické praxi*. Ústí nad Labem, Aromaterapie 1997. Tůmová, L.

VORÁČKOVÁ, Adéla, 2012. *Léčebná kosmetika*. Plzeň. Absolventská práce. Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická Plzeň.

ZRUBECKÁ, Adéla a AŠENBRENEROVÁ, Ivana. *Aromaterapie v životě ženy*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 2008, 239 s. Maminka (Mladá fronta). ISBN 978-802-0419-385.

Elektronické zdroje:

Alopatie [online]. Maxdorf, 2008 [cit. 2012-11-13]. Dostupné z: <http://lekarske.slovniky.cz/pojem/alopatie>

Znáte vitamín F?. *Detoxikace organismu* [online]. 2012 [cit. 2012-12-09]. Dostupné z: <http://doplnek.com/content/znate-vitamin-f>

8 PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Dotazník společný pro skupinu A i skupinu B

Příloha č. 2: Dotazník A

Příloha č. 3: Dotazník B

Příloha č. 4: Souhlas s dotazníkovým šetřením

Příloha č. 5: Obrázková dokumentace

Příloha č. 1: Dotazník A+B

Dotazník společný pro skupinu A i pro skupinu B

Dobrý den,

jmenuji se Ilona Vacikarová a jsem studentkou Jihočeské univerzity Pedagogické fakulty v Českých Budějovicích, obor Výchova ke zdraví.

Dovolte mi, abych Vás požádala o vyplnění tohoto dotazníku, který je součástí mé bakalářské práce na téma: **Srovnání účinků aromaterapeutických preparátů (nosní olej Baby) s účinky alopatických přípravků běžně dostupných v lékárnách.**

Tento dotazník je zcela anonymní a Vámi uvedené údaje budou použity pouze k potřebě mé práce.

Děkuji Vám za čas, který věnujete vyplnění dotazníku.

Označte, prosím, vždy jednu odpověď nejvíce se blížící Vašemu názoru.

OTÁZKY

1. Uveďte, prosím, věk Vašeho dítěte:
 - a) 3 - 4 roky
 - b) 4 – 5 let
 - c) 5 - 6 let
2. Uveďte, prosím, pohlaví Vašeho dítěte:
 - a) chlapec
 - b) dívka
3. Jaké nosní preparáty nejčastěji užíváte u svého dítěte při léčbě rýmy?
 - a) Nosní kapky předepsané pediatrem
 - b) Klasické nosní kapky, které sama (sám) kupuji v lékárně
 - c) Jiné

4. Znáte nosní olej Baby – Aromaterapie Karel Hadek?
 - a) ANO
 - b) NE
5. Měla (měl) byste zájem o šetření účinků?
 - a) Nosního oleje Baby –Aromaterapie Karel Hadek
 - b) Jiného nosního preparátu

Příloha č. 2: Dotazník A

Dotazník A

FILTR: Na následující otázky odpovídají pouze ti, kteří uvedli v otázce č. 5 odpověď a)

Ostatní pokračují otázkou č. 11

6. Mělo Vaše dítě na počátku aplikace tohoto oleje rýmu:
 - a) mírnou
 - b) středně silnou
 - c) silnou
7. Po aplikaci nosního preparátu se Vašemu dítěti ulevilo:
 - a) do 20 minut
 - b) do 30 minut
 - c) do 60 minut
 - d) vůbec se mu neulevilo
8. Po aplikaci tohoto preparátu rýma ustala:
 - a) do 3 dnů
 - b) do 5 dnů
 - c) do 7 dnů
 - d) trvala déle než 7 dnů
9. Projevily se během léčby u Vašeho dítěte nežádoucí účinky, např. suchost, svědění, pálení nosní sliznice či okolí nosních dírek?
 - a) ANO
 - b) NE
10. Nastaly v průběhu léčby vašeho dítěte komplikace ve formě zánětu středního ucha nebo zánětu nosních dutin?
 - a) ANO
 - b) NE

Příloha č. 3: Dotazník B

Dotazník B

FILTR: Na následující otázky odpovídají pouze ti, kteří v otázce č. 5 uvedli odpověď b)

Ostatním děkuji za Váš čas při vyplnění dotazníku!

11. Uveďte prosím, název (názy) nosních kapek, které svému dítěti nejčastěji při rýmě aplikujete:

12. Po aplikaci těchto nosních kapek se Vašemu dítěti ulevilo:
 - a) do 20 minut
 - b) do 30 minut
 - c) do 60 minut
 - d) vůbec se mu neulevilo

13. Po aplikaci tohoto preparátu rýma ustala:
 - a) do 3 dnů
 - b) do 5 dnů
 - c) do 7 dnů
 - d) trvala déle než 7 dnů

14. Projevily se během léčby u Vašeho dítěte nežádoucí účinky, např. suchost, svědění, pálení nosní sliznice či okolí nosních dírek?
 - a) ANO
 - b) NE

15. Nastaly v průběhu léčby Vašeho dítěte komplikace ve formě zánětu středního ucha nebo zánětu nosních dutin?
 - a) ANO
 - b) NE

Děkuji za vyplnění dotazníku a Váš čas.

Příloha č. 4: Souhlas s dotazníkovým šetřením


Souhlas s dotazníkovým šetřením

Souhlasím s tím, že s rodiči dětí této 25. MŠ v Plzni bude provedeno dotazníkové šetření, které bude určeno pouze k účelům bakalářské práce paní Ilony Vacikarové - studentky 3. ročníku PF JU v Českých Budějovicích, obor- Výchova ke zdraví.

Téma BP - Srovnání účinků aromaterapeutických a alopatických přípravků (nosní preparáty).

V Plzni, dne 10.10.2013

25. mateřská škola Plzeň,
Ruská 83, příspěvková organizace
IČ: 709 40 860
tel.: 377 243 277


Ředitelka 25. MŠ v Plzni

Příloha č. 5: Obrázková dokumentace



Obr. č. 2: Aromaterapie Karel Hadek



Obr. č. 4: Dětská masáž



Obr. č. 5: Zástupce alopatických nosních preparátů



Obr. č. 6: Nosní olej BABY –
Aromaterapie K. Hadek