Afty – príznaky, diagnostika a liečba

Zverejnené: 9. júla 2025 | Autor: Mgr. Hana Neuschlová



Afty sú malé, plytké, bolestivé vredy, ktoré sa vyskytujú v ústach. Líšia sa od oparov, ktoré sú spôsobené vírusom herpes simplex. Opary sa zvyčajne objavujú na perách alebo okolo nich a sú nákazlivé. Afty sú zvyčajne okrúhle alebo oválne s bielym alebo žltkastým stredom a červeným okrajom a nie sú nákazlivé.

Príznaky

Afty sa zvyčajne prejavujú niekoľkými výraznými príznakmi.

- Bolesť: afty sú často spojené s bolesťou alebo nepohodlím, najmä pri jedení, pití alebo rozprávaní.
- Okrúhly alebo oválny tvar: afty sú zvyčajne okrúhleho alebo oválneho tvaru a môžu mať biely alebo žltkastý stred obklopený červeným okrajom.

- Malá veľkosť: vo všeobecnosti sú malé, v priemere od niekoľkých milimetrov do asi centimetra.
- Nachádzajú sa vo vnútri úst: afty sa bežne vytvárajú na vnútornej strane líc, pier, na jazyku alebo pod jazykom a na spodnej časti ďasien.
- Citlivosť: oblasť okolo vredu môže byť citlivá na dotyk a môže byť bolestivejšia, ak je podráždená.
- Ťažkosti s jedením a pitím: kvôli bolesti spojenej s aftami môže byť pre pacientov nepríjemné jesť alebo piť, najmä keď konzumujú korenené, kyslé alebo slané jedlá.
- Doba hojenia: afty sa zvyčajne hoja sami v priebehu 1 – 2 týždňov.

Príčiny

Presná príčina vzniku áft nie je úplne objasnená, ale predpokladá sa ich spojitosť s rôznymi faktormi:

- Zranenie alebo trauma – uhryznutie, agresívne čistenie zubov alebo zubné zákroky môžu spôsobiť drobné poranenia mäkkých tkanív v ústach, čo vedie k rozvoju áft.
- Stres a hormonálne zmeny – emocionálny stres alebo hormonálne výkyvy, najmä u žien počas ich menštruačného cyklu, môžu prispieť k výskytu vredov.
- Niektoré potraviny – korenené, kyslé alebo citrusové jedlá môžu u niektorých pacientov vyvolať alebo zhoršiť afty.
- Výživové nedostatky – nedostatok základných živín, ako je vitamín B12, zinok, železo a kyselina listová, môže byť spojený so zvýšeným rizikom vzniku áft.
- Genetické faktory – môže existovať genetická predispozícia k aftám, pretože sa často vyskytujú v rodinách.
- Oslabený imunitný systém – stavy alebo lieky, ktoré potláčajú imunitný systém, môžu zvýšiť pravdepodobnosť vzniku áft.
- Bakteriálne alebo vírusové infekcie – zatiaľ čo afty samotné nie sú spôsobené infekciami, niekedy sa môžu vyvinúť v prítomnosti infekcie alebo choroby.

Diagnostika

Diagnostika áft je zvyčajne založená na klinickom vyšetrení ústnej dutiny lekárom alebo zubárom. Diagnóza je zvyčajne jednoduchá kvôli výraznému vzhľadu a charakteristikám áft. Lekár môže počas diagnostického procesu zvážiť nasledujúce kroky.

1. Fyzikálne vyšetrenie – lekár vizuálne skontroluje vnútro úst a bude hľadať charakteristické znaky áft.
2. Lekárska anamnéza – lekár sa môže opýtať na pacientovu anamnézu vrátane akýchkoľvek nedávnych ochorení, liekov alebo stravovacích návykov. Relevantné môžu byť aj informácie o úrovni stresu a akejkoľvek rodinnej anamnéze áft.
3. Vylúčenie iných stavov – lekár môže vylúčiť iné stavy, ktoré môžu spôsobiť podobné symptómy, ako je orálny herpes (opary), ktorý je spôsobený vírusom herpes simplex.
4. V niektorých prípadoch môžu byť potrebné ďalšie testy alebo postupy, najmä ak sú afty pretrvávajúce, nezvyčajne veľké alebo sprevádzané inými príznakmi. Vo väčšine prípadov sú však afty diagnostikované na základe klinického pozorovania.

Liečba

Afty sa často zahoja sami do jedného až dvoch týždňov bez špecifickej liečby. Existuje však niekoľko spôsobov,

ako zmierniť príznaky a podporiť hojenie. Tu je niekoľko bežných prístupov pri liečbe áft:

Lokálna liečba

- Voľnopredajné (OTC) gély alebo krémy. Aplikácia lokálnej liečby, ktorá obsahuje zložky ako benzokaín, znecitlivujúce látky alebo vytvára ochranný film, môže pomôcť zmierniť bolesť a nepohodlie.

Ústne výplachy

- Výplachy slanou vodou. Kloktanie teplým roztokom slanej vody niekoľkokrát denne môže pomôcť upokojiť bolesť a podporiť hojenie.
- Ústna voda s antimikrobiálnou látkou. Používanie ústnej vody obsahujúcej antimikrobiálnu látku, ako je chlórhexidín alebo peroxid, môže pomôcť znížiť riziko infekcie.
- Liečivé bylinky. Niektoré rastlinné výplachy môžu podporiť imunitný systém slizníc a pokožky. Medzi bežné rastliny používané pri zápale ústnej dutiny patria šalvia lekárska, repík lekársky, rumanček alebo čajovníkový olej.

Úľava od bolesti

Voľnopredajné lieky proti bolesti. Lieky proti bolesti bez predpisu, ako je paracetamol alebo ibuprofén, môžu pomôcť zvládnuť bolesť a znížiť zápal.

Vyhýbanie sa dráždivým látkam

- Vyhýbanie sa korenistým alebo kyslým jedlám. Jedlá a nápoje, ktoré sú korenené, kyslé alebo slané, môžu dráždiť rany, preto je vhodné pacientom odporučiť, aby sa im počas prepuknutia príznakov vyhýbali.
- Mäkká strava bez výrazných príchutí. Konzumácia mäkkých jedál bez výraznej príchuti môže minimalizovať podráždenie počas jedenia.

Dobrá ústna hygiena

Jemné čistenie kefkou a zubnou niťou. Udržiavanie dobrej ústnej hygieny je dôležité – odporúča sa používať mäkkú zubnú kefku a byť šetrný k postihnutej oblasti, aby sa predišlo ďalšiemu podráždeniu.

Výživové doplnky

Vitamínové a minerálne doplnky. Ak existuje podozrenie na nedostatok výživy môžeme odporučiť doplnky na riešenie nedostatku živín, ako je vitamín B12, zinok, železo alebo kyselina listová.

Lieky na predpis

V niektorých prípadoch, najmä ak sú afty závažné alebo sa často opakujú, môže lekár predpísať lieky, ako sú kortikosteroidy alebo iné imunomodulačné lieky.

Záver

Afty vo všeobecnosti nie sú nákazlivé a zvyčajne sa sami vyliečia do jedného až dvoch týždňov. Voľnopredajné

lieky na lokálnu liečbu a ústne výplachy môžu pomôcť zmierniť bolesť a podporiť hojenie. Ak pacient pociťuje pretrvávajúce alebo závažné afty, alebo ak sú sprevádzané inými príznakmi, odporúča sa poradiť sa s lekárom o správnej diagnóze a vhodnej liečbe.

Mgr. Hana Neuschlová