

**Tytuł:** Zastosowania leków roślinnych w objawowym leczeniu kaszlu – rekomendacje ekspertów Polskiego Towarzystwa Fitoterapii / The use of herbal medicines in the symptomatic treatment of cough – Recommendations of Experts from the Polish Phytotherapy Society

**Słowa kluczowe:** BLUSZCZ POSPOLITY STULISZ LEKARSKI KASZEL LIŚĆ BABKI LANCETOWATEJ  
LECZENIE KASZLU

**Keywords:** HEDERA HELIX SISYMBRIUM OFFICINALE COUGH TREATMENT COUGH PLANTAGO  
LANCEOLATA

**Autorzy:**

Zbigniew Doniec - <p>Klinika Pneumonologii, Instytut Gruźlicy i Chorób Płuc w Rabce-Zdroju</p>

Adam J. Sybilski - <p>II Klinika Pediatrii, Centrum Medyczne Kształcenia Podyplomowego,  
Warszawa <br /> Klinika Chorób Dziecięcych i Noworodkowych z Centrum Alergologii i  
Dermatologii, Centralny Szpital Kliniczny MSWiA, Warszawa </p>

**Streszczenie:**

Brak skutecznych leków przeciwwirusowych sprawia, że w terapii zakażeń układu oddechowego dominują leki objawowe. Roślinne produkty

lecnicze, zawierające substancje roślinne lub ich przetwory, od dawna stosowane są w łagodzeniu objawów infekcji dróg oddechowych, takich jak

kaszel. Substancje te wykazują szerokie spektrum działania, w tym wykrztuśne, mukolityczne, przeciwzapalne, antyoksydacyjne i immunomodulujące.

W przeciwieństwie do leków syntetycznych, roślinne produkty lecznicze charakteryzują się złożonym składem chemicznym, co pozwala na dodatkowe

efekty biologiczne, takie jak ograniczanie wzrostu drobnoustrojów, zmniejszanie stanu zapalnego i stresu oksydacyjnego oraz wspomaganie układu

immunologicznego. Racjonalne stosowanie tych produktów zapewnia bezpieczną i skuteczną terapię z mniejszym ryzykiem działań niepożądanych.

Przykłady obejmują wyciąg z liścia bluszczu, który działa wykrztuśnie i przeciwzapalnie oraz wyciąg z liścia babki lancetowatej i ziela stuliszu lekarskiego, które łagodzą podrażnienia gardła i kaszel.

**Abstract:**

The lack of effective antiviral drugs means that symptomatic medications play a primary role in treating respiratory infections. Herbal medicinal products, containing plant substances or their preparations, have long been used to alleviate symptoms of respiratory tract infections, such as cough. These substances exhibit a wide range of actions, including expectorant, mucolytic, anti-inflammatory, antioxidant, and immunomodulatory effects. Unlike synthetic drugs, herbal medicinal products have a complex chemical composition, allowing for additional biological

effects such as limiting the growth of pathogens, reducing inflammation and oxidative stress, and supporting the immune system. Rational use of these products ensures safe and effective therapy with a lower risk of adverse effects. Examples include ivy leaf extract, which acts as an expectorant and anti-inflammatory agent, and plantain leaf extract and hedge mustard herb extract, which soothe throat irritation and cough.