

Врз основа на член 27 став (1) од Законот за здравствената заштита („Службен весник на Република Македонија“ број 43/12, 145/12, 87/13, 164/13, 39/14, 43/14, 132/14, 188/14, 10/15, 61/15 и 154/15), министерот за здравство донесе

**У П А Т С Т В О**  
**ЗА МЕДИЦИНСКОТО ЗГРИЖУВАЊЕ ПРИ КИНЕТОЗА (БОЛЕСТ НА ДВИЖЕЊЕ)**

**Член 1**

Со ова упатство се утврдува медицинското згрижување при кинетоза (болест на движење).

**Член 2**

Начинот на згрижување при кинетоза (болест на движење) е даден во прилог, кој е составен дел на ова упатство.

**Член 3**

Здравствените работници и здравствените соработници ја вршат здравствената дејност на медицинското згрижување при кинетоза (болест на движење) по правило согласно ова упатство.

По исклучок од став 1 на овој член, во поединечни случаи по оценка на докторот може да се отстапи од одредбите на ова упатство, со соодветно писмено образложение за причините и потребата за отстапување и со проценка за натамошниот тек на згрижувањето, при што истото од страна на докторот соодветно се документира во писмена форма во медицинското досие на пациентот.

**Член 4**

Ова упатство влегува во сила наредниот ден од денот на објавувањето во „Службен весник на Република Македонија“.

Бр. 17-10373/1

9 октомври 2015 година

Скопје

**МИНИСТЕР**

**Никола Тодоров**

---

## КИНЕТОЗА (БОЛЕСТ НА ДВИЖЕЊЕ)

МЗД Упатства

Последен пат е ажурирано на: 06. 08. 2012© Duodecim Medical Publications Ltd

### Основни елементи

- За благи симптоми не е потребен друг третман отколку советување на пациентот.
- Повремени симптоми и симптоми кај деца постари од 12 години може да се третираат со антихистаминици (циклизин или меклозин).
- Тешки симптоми и симптоми кај лица над 10-годишна возраст може да се третираат со лепенка со скополамин.
- Во Финска, самопрохлорперазин е регистриран за употреба кај деца под 10-годишна возраст. Регулативата се разликува од земја до земја.
- Медикацијата е најефикасна доколку се даде пред патувањето.

### Патогенеза и епидемиологија

- Кинетозата (болест на движење) е причинета од движење, на телото или само на видното поле. Патогенетскиот механизам е иритација на полукружните каналчиња.
- Околу една третина од населението е подложно на болеста на движење. Деца до 2 години ретко се засегнати, а најчесто од кинетоза страдаат децата на возраст од 2-12 години. Жените се почесто погодени од мажите, особено за време на менструација и бременост.

### Симптоми

- Бледа и студена, испотена кожа.
- Зевање, зголемена саливација, воздивнување.
- Мачнина која повремено се олеснува со повраќање.
- Зголемена фреквенција на дишење, пождригнување, подуеност, запек или пролив.
- Други променливи симптоми вклучуваат: главоболка, конфузија, чувство на ладно на лицето и на екстремитетите, агитација, губење на апетит, чувство на слабост, притискање во градите, чувство на топлина.

### Превенција

- Избегнување на алкохол пред и за време на патувањето. Алкохолот не е лек за кинетозата.
- Лесни јадења и доволен внес на течности за време на патувањето. На кратки патувања треба да се избегнува земање на храна.
- Престојување во средниот дел на возилата како што се чамци, бродови или авиони. Во автомобил, најдобро место е предното седиште со поглед напред. Во чамец, најдобро е да се остане на палубата со поглед насочен далеку на хоризонтот.

- Најлошо држење на телото е кога вратот е свиткан напред. На пример, децата кои се подложни на кинетоза не треба да читаат додека патуваат во автомобил. Се препорачува поддршка на главата со глава.
- Лежењето е најдобра позиција, **Lying is the best position**, по можност со затворени очи.
- Силни мириси може да предизвикаат кинетоза. Треба да се обезбеди свеж воздух и добра вентилација.
- Топла облека може да спречи кинетоза.
- Психолошките фактори може да имаат влијание. Не ги заплашувајте лицата со ризик од кинетоза. Патниците треба со нешто да се занимаваат, а не само да чекаат да добијат кинетоза.

## Терапија со лекови

1. Скополамин како депо лепенка е најефикасниот лек (**ннд-В**).
  - Место за поставување на лепенката е зад увото на сува и чиста кожа без влакна 5-6 часа пред патувањето.
  - Времетраењето на дејството е 72 часа. Ако е потребно пократко дејствување, лепенката може да се отстрани пред тоа (дури и во текот на патувањето): концентрацијата на лекот во крвта се намалува бавно како што лекот се апсорбира во кожата и бавно се ослободува во циркулацијата.
  - Ако е потребно подолготрајно дејствување, лепенката се вади по 3 дена, а нова лепенка се става зад другото уво.
  - По користење на лепенката измијте ги рацете, бидејќи од лекот може да се прошират зениците ако се фатат очите со рацете. Исто така, местото каде што се носела лепенка треба да се измие целосно.
  - Контраиндикации за употреба вклучуваат глауком и преосетливост на скополамин. Негативните ефекти се минимални доколку лекот се користи правилно: сувост на устата, сомноленција и нарушување на гледање на близина.
  - Скополамин не се препорачува за деца под 10-годишна возраст или за бремени жени. За време на третманот не смее да се користи алкохол.
2. Најкористени лекови се антихистаминици.
  - Веројатно најмалку поспаност предизвикува циклизинот. Тој е регистриран за употреба кај деца над 12-годишна возраст.
  - Меклозин може да се користи кај деца над 12-годишна возраст и за време на бременоста, особено доколку е индицирана превенција и третман.
3. Метоклопрамидот и прохлорперазинот се ефикасни како благи антихистаминици и не предизвикуваат многу замор.
  - Метоклопрамидот е достапен во вид на таблети, орални раствори и ректални супозитории. Тој не смее да се користи кај деца под 18-годишна возраст.
  - Прохлорперазинот е достапен во вид на таблети и супозитории. Дозирањето е 2.5 mg два пати дневно кај деца од 1 до 5 години; 5 mg 2-3 пати дневно кај деца од 6 до 11-годишна возраст; 5 mg 3 пати на ден кај деца помеѓу 12 и 16-годишна возраст и 5-10 mg 3 пати на ден за возрасни.

## Принципи на терапијата со лекови

- Сите лекови се најефикасни ако се земат пред патување.
- По 2-3 дена на море се јавува привикнување, па потребата од лекови се намалува.

- Често се развива толеранција на лековите; избегнете ги редовните рутински лекови доколку нема јасни индикации.
- Против повраќање кај пациентот најефикасни се супозиториите.
- Алкохолот и лековите кои делуваат на централниот нервен систем ја зголемуваат поспаноста, предизвикана од лекови кои се користат за кинетозата.

---

Автори: Уредници

ID на натписот: ebm00171 (003.027)

© Duodecim Medical Publications Ltd

1. EBMG Guidelines 06-08- 2012, Essential evidence plus, [www.essentialevidenceplus.com/content/ebmg?page=39&results=20&class=none&resource=G](http://www.essentialevidenceplus.com/content/ebmg?page=39&results=20&class=none&resource=G)
2. Упатството треба да се ажурира еднаш на 6 години.
3. Предвидено е следно ажурирање до 2018 година.