Octan cynku leczy trzy razy szybciej

31 maja 2017

Według najnowszych badań opublikowanych w „Open Forum Infectious Diseases”, pastylki octanu cynku skutecznie przyspieszają powrót do zdrowia w czasie przeziębienia.

Grupa ekspertów z Uniwersytetu w Helsinkach w Finlandii, analizowała dane z trzech losowo wybranych badań, obejmujących blisko 200 pacjentów. Pacjenci otrzymali tabletki z octanem cynku w dawkach od 80 do 90 mg na dobę. Zespół badawczy zastosował analizę proporcjonalnego hazardu Coxa (analiza pozwalająca na przewidywanie czasu do wystąpienia jakiegoś zdarzenia), aby ocenić faktyczną skuteczność octanu cynku.

Badanie wykazało, że pacjenci, którzy otrzymali pastylki octanu cynku, odzyskiwali zdrowie trzy razy szybciej, niż w grupie placebo. Zdaniem zespołu badawczego, efekt leczenia nie był modyfikowany przez czynniki, takie jak: wiek, płeć, rasa i alergia. Wyniki wykazały, że w piątym dniu leczenia 70 procent pacjentów w grupie cynkowej wyleczyło się z przeziębienia w porównaniu z zaledwie 27 procentami w grupie placebo. Ponadto, prawie trzy razy więcej pacjentów w grupie cynkowej wyleczyło się z choroby w porównaniu z osobami w grupie placebo. „Trzykrotnie szybszy powrót do zdrowia po przeziębieniu jest klinicznie ważnym efektem. Należy zbadać optymalną formułę pastylki i idealną częstotliwość ich podawania. Biorąc pod uwagę dowody skuteczności zaleca się, aby chorzy przyjmowali tabletki octanu cynku w ciągu 24 godzin od wystąpieniu objawów” – pisali naukowcy.

Wiele badań wykazało już wcześniej skuteczność cynkowych pastylek w zwalczaniu przeziębień. Metaanaliza opublikowana w „BMC Family Practice” wykazała, że pastylki cynku polepszyły siedem objawów oddechowych i trzy objawy ogólnoustrojowe u

pacjentów.

Zdaniem zespołu badawczego, tabletki z octanem cynku były w stanie skrócić czas występowania wydzieliny z nosa o 34 procent, przekrwienie nosa o 37 procent i kichanie o 22 procent. Badanie wykazało również, że leczenie ograniczyło czas trwania bólu gardła o 18 procent i chrypki o 43 procent. Ponadto stwierdzono, że leczenie skróciło czas trwania kaszlu i bólu mięśni o 46 procent i 54 procent.

„Efekty octanu cynku na objawy przeziębienia mogą wiązać się z lokalną dostępnością cynku z najwyższymi poziomami w okolicy krtani. Jednakże ich ustalenia wskazują, że wpływ jonów cynku nie jest ograniczony do regionu gardła. Nie ma dowodów na to, że działanie cynku na objawy nosa są mniejsze, niż jego wpływy na objawy okolicy gardła, które jest bardziej narażone na uwalnianie jonów cynku. Biorąc pod uwagę, że niekorzystne efekty cynku w tych trzech badaniach były niewielkie, pastylki do cynkowania uwalniające jony cynku w dawkach około 80 mg na dobę mogą być użyteczne w leczeniu przeziębienia, rozpoczętym w ciągu 24 godzin, przez okres krótszy niż dwa tygodnie ” – stwierdził zespół badawczy.

Inna analiza w „Cochrane Database of Systematic Reviews” wykazała, że cynkowe pastylki, tabletki i syropy mogą skrócić czas trwania przeziębienia o średnio dzień lub dłużej, gdy są przyjmowane w ciągu 24 godzin po wystąpieniu objawów takich jak katar lub objawy gardła. Ponadto, raport opublikowany w „Journal of Infectious Diseases” wykazał, że stosowanie cynku w pastylkach może pomóc zmniejszyć czas trwania przeziębienia od siedmiu dni do czterech dni i zmniejszyć kaszel od pięciu dni do dwóch dni.

Z powyższych badań wynika, że do naszej naturalnej kuracji, możemy dodać octan cynku. Podczas przeziębienia stosujemy duże dawki kwasu askorbinowego plus rozcieńczoną wodę destylowaną jako zakrapiacz do nosa. Inne osoby stosują duże dawki witaminy D3, jeszcze inne wodę z solą jako zakrapiacz do nosa.

Metod szybkiego zwalczania przeziębienia jest dużo. Do naszej kuracji możemy dołożyć octan cynk w postaci dawki 80-90 mg na dobę. Taką dawkę sugerują naukowcy.

Autorstwo: Earl Garcia
Tłumaczenie: Kasia Brzoza
Źródło oryginalne: NaturalNews.com
Źródło polskie: OnaLubi.pl