

Nyáron súlyosbodhat az asztma

Az allergiás asztma az asztmás betegségek leggyakoribb típusa. Az asztmás gyermekek közel 90 százalékánál, a felnőttek 65 százalékánál jelentkezik egy időben szénanátha is. A tavaszi és nyári időszakban magas a levegőben található allergének száma, így különösen fontos, hogy a betegek megismerjék az asztmás rohamot provokáló tényezőket és a megelőzés lehetőségeit. Ezekről beszélt dr. Dózsa Izabella, a Budai Allergiaközpont tüdőgyógyásza, allergológusa.

Eltérő kiváltó okok, azonos tünetek

A kiváltó ok szerint az asztmás betegségnek két alapvető típusa különböztethető meg: az allergiás és a nem allergiás eredetű asztma.

Allergiás asztma esetén a panaszok a környezetben található allergének - pollenek, háziporatká, penészgomba, háziállatok szőre, hámsejtje - vagy a különböző munkahelyi allergének hatására jelentkeznek. A betegség típusától függetlenül könnyen rohamot provokálhat, esetleg tartósabb állapotromlást is előidézhethet a heveny légúti fertőzés, a fizikai terhelés, a dohányfüst, a légszennyezettség és sok esetben az erős illatok, vegyszerek belélegzése is.

A kiváltó okok tehát különbözőek, a tünetek azonban az asztmás betegség típusától függetlenül hasonlóak: köhögés, sípoló légzés, légszomj, zihálás és mellkasi szorító érzés.



Vizsgálatok, kezelés

Az allergia kimutatása leggyakrabban bőrpróbával, ún. Prick-teszttel történik. Ilyenkor az alkar bőrén ejtett vékony karcolásokra csepegtetett allergén körül pozitív reakció esetén duzzanat, vörösség és viszketés jelentkezik. Bizonyos esetekben (pl. súlyos allergiás tünetek, antiallergiás gyógyszeres kezelés, terhesség) az allergének azonosítása vérvizsgálattal történik. Ekkor a vérben keringő allergénspecifikus IgE ellenes antitestek szintjét határozzák meg. Ha ez emelkedett, az allergiát bizonyítottnak tekintjük. – ismerteti dr. Dózsa Izabella, a Budai Allergiaközpont tüdőgyógyásza, allergológusa.

Az allergiás asztma tüneteinek megfelelő kezeléséhez elengedhetetlen az egyénre szabott

gyógyszeres terápia. A tökéletes kezelés érdekében ne elégedjünk meg a recept nélkül kapható készítmények által nyújtott lehetőségekkel. A kezelőorvos által felírt inhalációs szteroidok, hörgőtágítók és allergiaellenes orrspray-k, szemcseppek és tabletták segítségével az asztma és a szénanátha együttes kezelése tartós tünetmentességet eredményez. Bizonyos esetekben megfontolandó az immunterápia alkalmazása is. Az évekig tartó kezelés segítségével a szervezet hozzászokik a korábban tüneteket előidéző anyaghoz, s megtanulja azt panaszok nélkül elviselni. Így az immunterápia hosszú távon jelentősen csökkenti, ill. megszünteti a légúti tünetek kialakulását.



6 tanács a mindennapokra

1. A pollennaptár segítségével és az aktuális heti pollenjelentésből tájékozódhatunk az adott növény virágzásáról és lakóhelyünk levegőjének pollenterheléséről. Magas pollenértékeket mutató napokon tartózkodjunk minél kevesebbet a szabadban.
2. A lakás szellőztetését ne a reggeli órákban végezzük, a pollenkoncentráció rendszerint reggel 5 és 10 óra között a legmagasabb.
3. A száradó ruhákat ne teregezzük a szabadba, a nedves anyagokon a pollenszemek könnyen megtapadhatnak.
4. Csökkenthetjük az éjszaka belélegzett allergének mennyiségét, ha esténként hajmosással szabadulunk meg a napközben lerakódott pollenektől.
5. Kertészkedés közben viseljünk allergiások számára kifejlesztett HEPA-szűrős szájmaszkot. Az utcán vagy kertben viselt lábbelit hagyjuk a lakáson kívül, így is csökkenthetjük a bejutó pollenek mennyiségét.
6. Ha autóval utazunk, elindulás előtt javasolt legalább tíz percig alaposan kiszellőztetni, mert leállított motor mellett a gépjárműben por, pollenek halmozódnak fel. Menet közben ne az ablakokat húzzuk le, inkább a légkondicionálót használjuk, a szélvédőre irányítva.

www.allergiakozpont.hu

Képek: www.morguefile.com
