

Podprite nas!
Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Rakovniška ulica 4, 1000 Ljubljana



i info.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

ZD Rudnik, Rakovniška ulica 4, 1000 Ljubljana
Tela: 01 427 4444, Fax: 01 427 4443
e pošta: dpbs@siol.net, www.dpbs.si
TRR: 02045-0018294003
davčna št.: SI80238955

KAJ JE ALERGIJA?

- A**li vam ob času cvetenja teče iz nosu, vas srbi nos, žrelo, oči?
- A**li imate občasno napade dušenja, piskanja, kašlja?
- A**li imate občasno ali stalno srbeče izpuščaje?
- A**li dobite srbeč izpuščaj na koži, otečene ustnice in jezik po zaužitju določene hrane?
- A**li imate srbečo in veliko otekline na mestu pika žuželke?
- Č**e ste na eno izmed vprašanj odgovorili z DA, potem imate verjetno eno od ALERGIJ.

Pred mikrobi nas branijo krvne celice imunskega sistema. Če nas začnejo braniti pred neškodljivimi snovmi (npr. hišnim in cvetnim prahom, hrano), pravimo, da je nastala **ALERGIJA**. Nagnjenost k alergiji je dedna in se kaže na različne načine.

Opazujem se

Poznamo več vrst alergij:

SENE NI NAHOD

(sezonski alergijski rinokonjunktivitis)

povzročata preobčutljivost na pelod vetrocvetnih dreves, grmovnic in trav. Zato kihate, imate voden izcedek iz nosu in srbečico nosu, žrela in oči v času cvetenja rastlin, na katere ste alergični.

Grmovnice začno cveteti februarja (leska), prav tako **drevesa**, ki najbolj cvetijo v aprilu (breza). **Trave** cvetijo od maja do julija, travne zeli pa od avgusta do oktobra. Na Primorskem se cvetenje začne bolj zgodaj. Tam so nekateri alergični tudi na pelod cipres, oljk in krišine.

Pelodno napoved najdete na teletekstu, v časopisih in na medmrežju, kar nam pomaga pri odkrivanju in zdravljenju.

TRAJNI ALERGIJSKI NAHOD

se kaže z enakimi težavami kot seneni nahod. Pojavi se, če smo alergični na pršico, plesni in domače živali, kot sta mačka in pes. Pršica je živalca, ki je ne vidimo s prostim očesom in živi v vzmetnicah, preprogah in oblažinjenem pohištvu, prahu in se najbolj razmnožuje v vlagi. Plesni pa uspevajo v zemlji in jih najdemo tudi v vlažnih prostorih in kjer gojimo lončnice.

ASTMA

je napad kašlja, težkega dihanja in piskanja in se lahko pojavi, če ste alergični na snovi (alergene), ki jih vdihnete. Nekateri imajo težave, tudi ko vdihnejo hladen in suh zrak, cigaretni dim, ob telesni obremenitvi, po prehladih ali razburjenosti.

KOŽNE ALERGIJE

se lahko kažejo kot srbeč in pekoč izpuščaj, podoben tistemu, ko vas opeče kopriva (urtikarija). Možne so tudi kot stalni srbeči izpuščaji v komolčnih in kolenskih kotanjah, ki se občasno izboljšajo ali poslabšajo (atopijski dermatitis). Lahko pa se pojavijo kot stalni srbeči omejeni izpuščaji na koži zaradi stalnega stika s snovmi, na katere ste alergični (kontaktni dermatitis).

ALERGIJE PO PIKI ŽUŽELK

so srbeči, otekli izpuščaji na mestu pika žuželke – največkrat čebele, ose ali sršena. Pri nekaterih se lahko po piku pojavi huda alergijska reakcija.

ALERGIJE PO HRANI

so najpogostejše v prvih letih življenja. Največkrat se kažejo z izpuščaji na koži. Nekateri po zaužitju hrane – svežega sadja, zelenjave ... opažate otekanje ustnic, jezika, neba in žrela (»oralni alergijski sindrom«), redko pa celo krče, slabost, bruhanje in drisko. Hujše težave so značilne za **alergijo na gluten** v moki (celiakija).

Odrasli so največkrat alergični na sveže sadje, zelenjavo, arašide, oreške, ajdo in morske sadeže. Možne so tudi **navzkrižne alergije**, kar pomeni, da ste alergični na eno snov, vendar vam delajo težave tudi druge. O tem vam bo več povedal vaš zdravnik!

ALERGIJE PO ZDRAVILIH

Nekateri opazite po zaužitju zdravil – najpogosteje proti bolečinam, zvišani temperaturi in pri nekaterih antibiotikih pojav srbečih izpuščajev ali celo hudo alergijsko reakcijo (anafilaksija).

HUDA ALERGIJSKA REAKCIJA (ANAFILAKSIJA)

se kaže s srbenjem dlani, odrevenelostjo ustnic in jezika, rdečico, srbečimi izpuščaji, oteklina, dušenjem. Lahko pride tudi do znižanja krvnega tlaka ali izgube zavesti. Pojavi se pri redkih, zelo alergičnih ljudeh.

Kaj storim ...

Če opazite katerokoli od navedenih težav, morate obiskati zdravnika. Ta vas bo lahko napotil na dodatne preglede. Zdravnik vam bo svetoval ustrezne ukrepe (izogibanje alergenom) in zdravljenje:

- ➔ zdravila – antihistaminike v obliki tablet, lokalnih nosnih pršil ali kapljic za oči;
- ➔ zdravila – glukokortikoide v raznih oblikah ali nadaljnje zdravljenje pri alergologu.

Spletne strani:

- www.arso.gov.si

Na strani Agencije Republike Slovenije za okolje /vreme in podnebje/napovedi in podatki najdete biometerološko napoved.

- www.ezdravje.com/si/alergija/koledar

Na strani KRKE najdete koledar cvetenja.

doc. dr. Mitja Košnik, internist
Bolnišnica Golnik