



چرا درمان آلرژی اهمیت دارد؟

حساس نشو!

عطر گل ها، هوای خوب، بوی چمن و... این ها تصویر کوچکی از بهار است که هر فردی را سر ذوق می آورد ولی در نقطه مقابل، برخی از افراد هم وجود دارند که چندان دل خوشی از این فصل ندارند و دلیل آن هم به آلرژی و تشدید علائم آن در این فصل برمی گردد. شاید در نگاه اول آلرژی مشکل چندان پیچیده و خاصی به نظر نرسد ولی واقعیت امر این است که همین آلرژی به ظاهر ساده، می تواند برای افراد حساسی دردسرساز و هزینه بر شود. دکتر سامان خرمی نژاد، متخصص گوش و حلق و بینی، توضیحات بسیار مفیدی را در رابطه با آلرژی به شما می دهد.

پای سوسک در میان است!

تشک و بالش با ماده محافظ، دور کردن گربه از اتاق خواب و شست و شوی آن با آب گرم به صورت هفتگی، می تواند در پیشگیری و بهبود علائم آلرژی نقش داشته باشد. همچنین پرهیز از هوای سرد، هوای آلوده، ریزگردها و وارونگی هوا (اینورژن)، برای این افراد ضروری است. باد مستقیم کولر، بوی تند شوینده ها، برخی غذاها و خوراکی ها مانند ادویه، خربزه، انگور گوچه فرنگی و بادمجان می توانند سبب تشدید علائم آلرژی شوند.

وجود داشته باشند و باعث آلرژی شوند. همچنین ذرات حیوانی مانند مو (به ویژه موی گربه) و پوست آنها نیز می تواند در ایجاد این نوع آلرژی نقش داشته باشد. یکی دیگر از مواردی که در ابتلا به آلرژی دائمی نقش دارد، سوسک حمام است. در واقع ذرات جدا شده از بدن سوسک، در محیط باقی می ماند و ایجاد آلرژی می کند. افرادی که مستعد آلرژی یا مبتلا به آن هستند، باید از قرار گیری در معرض گرد و خاک پرهیزند. تمیز کردن مکرر خانه با جاروبرقی، پوشاندن

رینیت آلرژیک دائمی می تواند در اثر برخی از کپک ها یا مایت ها به وجود بیاید. مایت ها، موجودات بسیار ریزی هستند که در پوسته های ریخته شده از بدن انسان زندگی می کنند. گرما و رطوبت، رشد و نمو این جانداران را تسهیل می کند. مدفوع مایت ها در رختخواب، تشک، بالش، مله مان روکش شده و اسباب بازی پارچه ای می تواند وجود داشته باشد و سبب ایجاد آلرژی شود. کپک ها، در کود گیاهی گلدان های داخل خانه و ظرف آبریز پشت یخچال، می توانند

چرا آلرژی ایجاد می شود؟

زمانی که سیستم ایمنی بدن با یک نوع آنتی ژن خاص (آلرژن) مواجه شود، ممکن است در برخی افراد آلرژی ایجاد کند. البته این مواجهه به طور معمول پنج بار است. سیستم ایمنی بدن در شرایطی که با ماده آلرژن مواجه می شود، آنتی بادی خاصی را برای مقابله با ماده آلرژن می سازد که در دفعه اول، علائم خاصی وجود ندارد ولی در مواجهه های بعدی با ماده آلرژن، بدن برخی افراد واکنش نشان می دهد و علائم آلرژی در چنین شرایطی بروز می کند.

کاهش کیفیت زندگی

به جز مواردی چون تروما (ضربه) و بدخیمی ها، حدود ۵۰ درصد کل بیماران مراجعه کننده به متخصص گوش و حلق و بینی، آلرژی به عنوان عامل اولیه یا ثانویه (یعنی فرد آلرژی داشته و به دلیل عدم درمان به پولیپ بینی، سینوزیت و عفونت گوش میانی دچار شده است) دخیل است. آلرژی فارغ از عوارضی که می تواند در پی داشته باشد، باعث کاهش کیفیت زندگی فرد خواهد شد. آمارهای مختلف در سراسر جهان نشان می دهد افراد زیادی به دلیل آلرژی مجبور به غیبت از محل کار یا محل تحصیل خود شده اند. آلرژی یک مساله بسیار شایع محسوب می شود و علاوه بر ایجاد مشکل از کار افتادگی، هزینه های بسیار زیادی را به افراد و سیستم بهداشت کشورها تحمیل می کند.

رابطه بهار با آلرژی

آلرژن های به وجود آورنده رینیت آلرژیک (آلرژی بینی) به دو دسته آلرژن تقسیم می شوند که یک دسته آلرژن فصلی و گروه دیگر آلرژن دائمی به حساب می آیند. به طور کلی، گرده گیاهان به ویژه گیاهان مغذی برای حیوانات مثل یونجه، در بهار باعث آلرژی می شوند. علاوه بر این، گرده درختان به جز سرو کوهی (در زمستان) نیز در بهار ایجاد آلرژی می کنند. گرده علف های هرز می توانند در فصل پاییز ایجاد آلرژی فصلی کنند.

راه تشخیص چیست؟

برای تشخیص رینیت آلرژیک، علائم بالینی بیمار مورد بررسی قرار می گیرد و در کنار آن با صلاح دید پزشک، آزمایش ها و تست های خاصی نیز ممکن است انجام شود. پس از تشخیص آلرژی، درمان متناسب با هر فرد انجام خواهد شد. برای بهبود و کنترل آلرژی، از داروهای دسته آنتی هیستامین ها کمک گرفته می شود که نسل جدیدتر این داروها، در افراد کمتر خواب آلودگی ایجاد می کند. مصرف دارو از هر نوع باید زیر نظر پزشک باشد و مصرف خودسرانه می تواند مشکلات بسیار جدی ایجاد کند. درمان قطعی آلرژی، ایمونوتراپی محسوب می شود که البته همه افراد لازم نیست با این روش درمان شوند و گاهی کنترل علائم، برای برخی از افراد کفایت می کند که تشخیص این موضوع نیز به عهده پزشک است. ایمونوتراپی، درمانی است که در آن با شیوه ای خاص و حساب شده (بررسی از طریق تست آزمایشگاهی)، آلرژن به بدن فرد تزریق می شود و به مرور بر دوز آلرژن افزوده خواهد شد. بهره گیری از این روش برای آن دسته از افرادی که به آلرژن های مختلف حساسیت دارند، سخت است.

علائم آلرژی را بشناسید

آلرژی قسمت های مختلف بدن، مثل بینی، چشم، پوست و ریه را می تواند درگیر کند و علائم مختلفی را در هر قسمت از بدن به وجود آورد. رینیت آلرژیک یا آلرژی بینی، معمولاً شایع تر است و علائمی چون عطسه، آبریزش شفاف از بینی، گرفتگی و احتقان بینی، خارش مکرر نوک بینی و تودماغی صحبت کردن را در پی دارد. آلرژی در کودکان

به علت این که باعث بسته شدن بینی و تنفس دهانی می شود، دفرمه شدن اسکلت صورت و تغییر ظاهر صورت را به شکل باریک و کشیده شدن آن (صورت های لوزه سومی) به همراه دارد.



اگر درمان نشود

درمان شدن آلرژی، با عوارضی همراه است که می توان به سینوزیت حاد مکرر، سینوزیت مزمن، پولیپ داخل بینی و سینوس و عفونت گوش میانی در کودکان اشاره کرد. افراد مبتلا به آسم، در صورت بی توجهی به رینیت آلرژیک خود، باید انتظار تشدید علائم آسم را داشته باشند. علائم رینیت آلرژیک، خیلی به علائم عفونت و ویروسی شباهت دارد و شاید برخی افراد به دلیل این شباهت تصور کنند به یک عفونت ویروسی ساده مبتلا شده اند، در حالی که به آلرژی مبتلا هستند، پس در صورت بروز هر نوع بیماری، باید تشخیص و درمان را به پزشک سپرد.

