

## Itt a tavasz! - Allergiás gyerekek

Egymás után borulnak virágba a fák, a cserjék, s a rétek is újjáélednek a tavaszi napsütésben. Sajnos vannak, akiknek mindez nem örömet, hanem szenvedést hoz. A növények virágzásával együtt elkezdődik az allergiaszezon is, amely nemcsak a felnőttek, hanem sok kisgyermek életét is megnehezíti. Szerencsére kellő odafigyeléssel könnyebbé tudjuk tenni gyermekeink számára ezt az időszakot.

Az allergiás betegek száma világszerte növekszik, s ehhez a tendenciához a genetikai hajlamon kívül számos egyéb tényező, környezeti hatás, életmódbeli változás, étkezési szokás - egyre több tartósítószer, színező anyag - is hozzájárul. A világon 200 millió asztmás és 500 millió szénanáthás beteget tartanak nyilván. Magyarországon az asztmás megbetegedés a gyermekek 4-6%-át, a szénanátha 15-20%-át érinti. Az allergiás betegségeknek három nagy csoportját különítjük el, a szénanátha-kötőhártyagyulladás, az asztmát és az allergiás bőrelváltozásokat.

Az allergiás hajlam öröklődik és az utódoknál bármilyen életkorban megjelenhetnek a tünetek. Ha a szülők nem allergiások, a gyermeknek 6% esélye van arra, hogy allergiás legyen. Ha csak az egyik szülőt érinti az allergia, 20%-ra, ha mindkét szülőt, akkor 60-80%-ra nő az esély, hogy a gyermekük életében is megjelenik az allergia. - mondta Dr. Kovács Ilona, az ajkai Magyar Imre Kórház csecsemő- és gyermekosztályának osztályvezető főorvosa. Az allergia kialakulását szinte lehetetlen megelőzni, ha a hajlam megvan bennünk. Ha már ismerjük a kiváltó allergént, akkor meg lehet próbálni távol tartani, így a tünetek nem, vagy csak egész enyhe formában jelentkeznek.

Az allergiás tünetek kor szerint megoszlanak. Csecsemőkorban főleg az ételallergia okoz problémát, elsősorban a tejallergia, ami bőrelváltozásokban, hasmenésben, légúti tünetekben, fulladásban nyilvánulhat meg. Ha ismert a család allergiára való hajlama, érdemes a gyermeket sokáig szoptatni, és ha szükséges, tehéntej helyett hypoallergén, vagy teljesen tejmentes tápszerrel táplálni. A légúti allergiák 2-3 éves korban jelennek meg, leggyakoribb a háziporatká, az állati szőr, a toll és a penészgomba allergia. Ilyenkor köhögés, fulladás jelentkezik, főleg az éjszakai és hajnali órákban. 6-7 éves korban jellemző a szénanátha, a kötőhártyagyulladás, amelyekért a pollenek tehetők felelőssé. Az utóbbi időben az allergia megjelenése sajnos egyre fiatalabb korra tehető.

Az allergiás tünetek különböző fokozatúak lehetnek, ám ha a tünetek megjelentek, gyógyszeres kezelésre van szükség. Enyhe esetben antiallergiás (antihisztamin)

készítmény javasolt, asztma esetén pedig hörgőtágító. Súlyos tüneteknél erősebb gyógyszeres kezelést kell alkalmazni, ilyenkor a tüneti gyógyszerek mellett gyulladáscsökkentő készítményeket is adunk. Létezik egy gyógymód, mellyel az allergia tünetmentessé tehető: az immunterápia, melynek lényege, hogy az egyént arra készítik, képezzen ellenanyagokat az allergénnel szemben, amire érzékeny. A betegnek nagyon alacsony dózissal kezdve azt az allergént adják, amire allergiás. Fokozatosan emelik a koncentrációt, míg eléri a levegőben előforduló szintet. Így a szervezet megfelelő ellenanyagokat termel, melyek védelemet biztosítanak számára. Az immunterápiás kezelés 3-5 évig tart injekciós vagy szájon át bevehető formában. Az allergiás beteg tünetmentessé tehető, de az allergiára való hajlama megmarad.

#### Magyarországon

a pollenszezonnak három csúcsa van. Az első a fák és cserjék virágzásakor jelentkezik, ez általában februártól május elejéig tart. Utána a pázsitfűfélék virágzása zajlik április végétől augusztus elejéig. A nyár közepén kezdődik a gyompollen allergia, amely október végéig okoz tüneteket.

Természetesen minden szülő felteszi a kérdést, hogy mit tehet, hogy gyermekénél megelőzze az allergia kialakulását. A legegyszerűbb az lenne, ha a pollent elkerülnék, de ez lehetetlen, mert a pollenek a szél útján mindenhová eljutnak.

#### Fontos,

hogy a szülő tudja, gyermeke melyik pollenre allergiás, és az év mely szakában, melyik hónapokban kell a megfelelő intézkedéseket megtennie. Szintén elengedhetetlen, hogy a betegek ismerjék a keresztallergiákat. Ez azt jelenti, hogy a pollenek és bizonyos ételek között hasonló részecskék vannak, s ezek erősíthetik a tüneteket. Például, ha valaki nyírfa pollenre allergiás, és a nyírfa virágzásakor almát, barackot, mogyorót, sárgarépat, paradicsomot eszik, akkor fokozódhatnak a tünetei. Parlagfű allergiások banán, dinnye, paradicsom és borsó, a fekete üröm allergiások zeller fogyasztásakor számíthatnak fokozódó tünetekre.

A tünetek megelőzésének és csökkentésének legfontosabb szabályai:

- A pollenallergiás gyermek ne töltsön hosszabb időt a szabadban a virágzás idején. A szabadban való sportolás, futás fokozhatja a tüneteket.
- A lakásban a szellőztetés, pollenszűrőn keresztül ajánlott.
- Utazáskor a kocsiban használjanak pollenszűrőt, zárt ablakkal közlekedjenek.
- Szabadban való tartózkodás után haját kell mosni. A hajba került virágporozemeket a gyermek éjszaka belélegezheti, s ezek tüneteket válthatnak ki.
- A nyaralást olyan helyre tervezzék, ahol nem található az adott pollenek: tengerpart, magas hegyvidék a legkedvezőbb.

- A pollenallergiások kezdjék el időben szedni gyógyszereiket, hogy súlyosabb tünetek ne alakuljanak ki és ne jelentkezzenek a késői gyulladáshoz vezető változások.

- Világszerte és hazánkban is pollencsapdával és mikroszkópos vizsgálattal elemzik a pollenek koncentrációját. Utazás előtt célszerű tájékozódni az adott területen kiadott pollenjelentésekből.

A cikk az ajkai Magyar Imre Kórház szakértője segítségével, és a K&H gyógyvarázs program együttműködésével készült.

Forrás: InforMed

Kapcsolódó cikkek:

-

Pollennaptár

-

Mit jelenthet a gyermekkori allergia?