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 örömöt, hanem szenvedést hoz. A növények virágzásával együtt elkezdõdik az allergiaszezon is, amely nemcsak a felnõttek, hanem sok kisgyermek életét is megnehezíti. Szerencsére kellõ odafigyeléssel könnyebbé tudjuk tenni gyermekeink számára ezt az idõszakot.

Az allergiás betegek száma világszerte növekszik, s ehhez a tendenciához a genetikai hajlamon kívül számos egyéb tényezõ, környezeti hatás, életmódbeli változás, étkezési szokás - egyre több tartósítószer, színezõ 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-kötõhártyagyulladást, az asztmát és az allergiás bõrelváltozásokat.

Az allergiás hajlam öröklõdik és az utódoknál bármilyen életkorban megjelenhetnek a tünetek. Ha a szülõk nem allergiások, a gyermeknek 6% esélye van arra, hogy allergiás legyen. Ha csak az egyik szülõt érinti az allergia, 20%-ra, ha mindkét szülõt, akkor 60-80%-ra nõ az esély, hogy a gyermekük életében is megjelenik az allergia. - mondta Dr. Kovács Ilona, az ajkai Magyar Imre Kórház csecsemõ- és gyermekosztályának osztályvezetõ fõorvosa.Az allergia kialakulását szinte lehetetlen megelõzni, 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. Csecsemõkorban fõleg az ételallergia okoz problémát, elsõsorban a tejallergia, ami bõrelváltozásokban, 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 háziporatka, az állati szõr, a toll és a penészgomba allergia. Ilyenkor köhögés, fulladás jelentkezik, fõleg az éjszakai és hajnali órákban. 6-7 éves korban jellemzõ a szénanátha, a kötõhártyagyulladás, amelyekért a pollenek tehetõk felelõssé. Az utóbbi idõben az allergia megjelenése sajnos egyre fiatalabb korra tehetõ.

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

készítmény javasolt, asztma esetén pedig hörgõtágító. Súlyos tüneteknél erélyesebb gyógyszeres kezelést kell alkalmazni, ilyenkor a tüneti gyógyszerek mellett gyulladáscsökkentõ készítményeket is adunk. Létezik egy gyógymód, mellyel az allergia tünetmentessé tehetõ: az immunterápia, melynek lényege, hogy az egyént arra késztetik, képezzen ellenanyagokat az allergénnel szemben, amire érzékeny. A betegnek nagyon alacsony dózissal kezdve azt az allergént adják, amire allergiás. Fokozatosan emelik a koncentrációt, míg elérik a levegõben elõforduló szintet. Így a szervezet megfelelõ ellenanyagokat termel, melyek védettséget biztosítanak számára. Az immunterápiai kezelés 3-5 évig tart injekciós vagy szájon át bevehetõ formában. Az allergiás beteg tünetmentessé tehetõ, de az allergiára való hajlama megmarad.

Magyarországon a pollenszezonnak három csúcsa van. Az elsõ a fák és cserjék virágzásakor jelentkezik, ez általában februártól május elejéig tart. Utána a pázsitfûfélék virágzása zajlik április végétõl augusztus elejéig. A nyár közepén kezdõdik a gyompollen allergia, amely október végéig okoz tüneteket.

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

Fontos, hogy a szülõ tudja, gyermeke melyik pollenre allergiás, és az év mely szakában, melyik hónapokban kell a megfelelõ 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 erõsíthetik a tüneteket. Például, ha valaki nyírfa pollenre allergiás, és a nyírfa virágzásakor almát, barackot, mogyorót, sárgarépát, paradicsomot eszik, akkor fokozódhatnak a tünetei. Parlagfû allergiások banán, dinnye, paradicsom és borsó, a fekete üröm allergiások zeller fogyasztásakor számíthatnak fokozódó tünetekre.

A tünetek megelõzésének és csökkentésének legfontosabb szabályai:

- A pollenallergiás gyermek ne töltsön hosszabb idõt a szabadban a virágzás idején. A szabadban való sportolás, futás fokozhatja a tüneteket.

- A lakásban a szellõztetés, pollenszûrõn keresztül ajánlott.

- Utazáskor a kocsiban használjanak pollenszûrõt, zárt ablakkal közlekedjenek.

- Szabadban való tartózkodás után hajat kell mosni. A hajba került virág-porszemeket a gyermek éjszaka belélegezheti, s ezek tüneteket válthatnak ki.

- A nyaralást olyan helyre tervezzék, ahol nem találhatók az adott pollenek: tengerpart, magas hegyvidék a legkedvezõbb.

- A
pollenallergiások kezdjék el idõben szedni gyógyszereiket, hogy súlyosabb tünetek ne alakuljanak ki és ne jelentkezzenek a késõi gyulladásos elváltozások.

- Világszerte és hazánkban is
pollencsapdával és mikroszkópos vizsgálattal elemzik a pollenek koncentrációját. Utazás elõtt célszerû tájékozódni az adott területen kiadott pollenjelentésekbõl.

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

Forrás: InforMed

Kapcsolódó cikkek:

-

Pollennaptár

-

Mit jelenthet a gyermekkori allergia?