

15 maja 2023



## Trudny czas dla alergików

**Wiosna nie jest korzystnym okresem dla alergików, dlatego, że o tej porze kończą pylenie drzewa, a zaczynają pylenie trawy. Stężenie ich pyłków, jak zauważają lekarze, będzie każdego dnia coraz wyższe.**

Dr n med. Zdzisław Domagała, pediatra i alergolog, kierownik Kliniki Pediatrii w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Kielcach wylicza, że wysokie stężenie pyłków przekłada się na objawy: alergicznego nieżytu spojówek, nosa czy tzw. pyłkową albo sezonową astmę oskrzelową. Specjalista zaleca, aby alergicy, już miesiąc przed okresem pylenia alergenów, zaczęli przyjmować antyhistaminowe leki.

Alergikom zalecane jest spacerowanie w deszczu lub zaraz po opadach i nie w miejscach gdzie odbywa się np. koszenie trawników. Wychodząc z domu, warto ubrać okulary i

nakrycie głowy, a po powrocie dokładnie umyć twarz i ręce. W domach warto powiesić gęsto tkane firanki, które zatrzymają pyłki, a wietrzenie zalecane jest zwłaszcza nocą. Dobrym miejscem na wakacje dla alergików są rejony nad morzem i w górach, gdzie stężenie pyłków jest niewielkie. Dr Zdzisław Domagała zwraca również uwagę na coraz częściej występujące wstrząsy anafilaktyczne, czyli błyskawiczne, burzliwe objawy alergii. Konieczna jest wówczas szybka pomoc, usunięcie czynnika sprawczego i domięśniowe podanie adrenaliny. Dlatego, jak zwraca uwagę doktor Domagała, pacjenci po przebytej anafilaksji, powinni być zabezpieczeni w domięśniową adrenalinę, leki antyhistaminowe i sterydy systemowe oraz leki wziewne, rozszerzające oskrzela.

Pediatra i alergolog zwraca uwagę, że coraz częściej objawy anafilaksji występują u dzieci, a mają najczęściej związek z alergiami pokarmowymi, w tym na białko mleka krowiego, jajo kurze, soję, czy orzechy i orzeszki ziemne oraz pszenicę. – Obserwujemy również często również anafilaksję powysiłkową, która związana jest najczęściej z uczuleniem na białka pszenicy, wtedy wysiłek plus te białka mogą powodować objawy anafilaksji – reasumuje i ostrzega dr Zdzisław Domagała.