

Bolile alergice de sezon



Cu toții ne dorim să petrecem cât mai mult timp în aer liber. Din păcate însă, pentru persoanele alergice venirea primăverii înseamnă debutul manifestărilor bolilor alergice sezoniere: rinita alergică asociată frecvent cu conjunctivita.

Principalul vinovat pentru simptomele alergice din această perioadă este polenul arborilor și arbuștilor (arin, alun, mesteacăn, carpen, salcie, plop, fag, stejar) urmat la sfârșitul primăverii de polenul gramineelor sălbatice (iarbă de gazon, golomăț, timoftică, păiuș roșu) și cultivate (grâu, orz, ovăz).

Cum se manifestă?

Cel mai frecvent simptom este strănutul în salve urmat de secreții nazale apoase și abundente, obstrucție nazală sau nas înfundat, mâncărimi la nivelul nasului, ochilor, bolții palatine și urechilor, lacrimație excesivă, înroșirea ochilor, reducerea mirosului, răgușeala. În cazurile mai severe poate apărea tusea seacă (datorată senzației de iritare la nivelul gâtului și a drenajului posterior al secrețiilor nazale), respirația șuierătoare și senzația de sufocare, cefalee, dureri otice, slăbiciune, indispoziție, iritabilitate, stare generală de oboseală, grețuri și disconfort abdominal (datorită înghițirii secrețiilor mucoase în exces). Aceste simptome variază ca intensitate direct proporțional cu concentrația de polen eliberată în atmosferă, fiind mai intense dimineața, în zilele însorite și cu vânt.

Adesea, rinita alergică se confundă cu o banală “răceală”, dar aceasta durează cel mult 7-10 zile, secrețiile nazale sunt mai dense și uneori gălbui, se asociază frecvent cu febră, dureri în gât, dureri musculare și de obicei este contagioasă.

Cum se tratează?

Dacă bănuiți că aveți alergie este important să vă prezentați la medic, care în urma unei anamneze amănunțite și a testelor alergice specifice va pune diagnosticul corect și va recomanda tratamentul în funcție de gravitatea simptomelor.

Singurul tratament curativ disponibil este tratamentul imunologic (imunoterapia specifică sau desensibilizarea) ce suprimă simptomele pe o durată lungă de timp și previne evoluția spre astm bronșic. Dezavantajele imunoterapiei sunt perioada lungă de tratament (3-5 ani) și costul ridicat (în România nu se decontează prin Casa Națională de Asigurări de Sănătate).

Medicamentele prescrise de obicei pentru tratamentul simptomatic al rino-conjunctivitei alergice sunt din clasa antihistaminicelor (locale sau orale), corticosteroizilor locali (intraoculari sau intranasali), decongestionantelor nazale. Chiar dacă aceste medicamente se pot elibera și fără prescripție medicală, întotdeauna întrebați medicul înainte de utilizare, deoarece acestea pot produce reacții adverse și tratamentul trebuie individualizat.

Foarte importantă este și profilaxia expunerii la polen: evitați activitățile în aer liber în zilele cu concentrații crescute de polen, aerisiți locuința înainte de răsăritul soarelui sau după ce apune, evitați uscarea hainelor în aer liber (granulele de polen se pot depune pe acestea), nu circulați cu geamurile deschise la mașină, utilizați filtre de polen și aparate de aer condiționat, purtați ochelari de soare pentru limitarea contactului cu polenul în zona ochilor, purtați măști faciale speciale dotate cu filtru de polen.

dr. Alina Balaceanu (Medici's Timișoara)