

# ALERGIE

Dzieci alergiczne odczuwają niekorzystne oddziaływanie wielorakich czynników środowiska naturalnego, które u osób zdrowych nie wywołują objawów chorobowych.

Wśród występujących alergenów są m.in.: pyłki traw, chwastów, pleśnie, jad owadów (pszczoły, mrówki, osy), naskórki i wydzieliny zwierząt oraz niektóre owoce i warzywa. Pyłki roślin wywołują, w typowych dla siebie okresach, takie objawy jak świąd i łzawienie spojówek, katar alergiczny czy w cięższych przypadkach nawet duszność astmatyczną. Przebywając w starych domach narażeni jesteśmy na działanie pleśni i roztoczy. Pobyt na wsi wiąże się z kontaktem ze zwierzętami domowymi i hodowlanymi. Osoby uczulone na wydzieliny czy naskórki kota, psa, królika, krowy czy konia demonstrują reakcje natychmiastowe podczas zabawy czy zbliżenia się do tych zwierząt. Objawia się to nieżytem nosa i spojówek, swędzącymi zmianami skórnymi czy dusznością. Niekiedy u dzieci z alergią na jajko możemy obserwować gwałtowne reakcje w kontakcie z pierzem. Pora wiosenno-letnia to także mnóstwo świeżych owoców, niektóre z nich zawierają białko o silnych właściwościach alergizujących. Nietolerancje pokarmowe najczęściej objawiają się biegunkami, wysypkami skórnymi, pieczeniem i zmianami na śluzówce jamy ustnej. Osoby nadwrażliwe powinny unikać malin, truskawek, cytrusów, owoców egzotycznych, w zamian bez obaw mogą spożywać na przykład gruszki, jagody, porzeczki.

Ukąszenia mrówek, komarów czy meszki pozostawiają zazwyczaj przykre następstwa pod postacią bąbli. Użądlenia błonkoskrzydłych (osy, pszczoły) poza miejscowymi odczynami skórnymi (obrzęk, zaczerwienienie, pieczenie), często rozległymi, mogą powodować następstwa zagrażające nawet życiu, takie jak obrzęk krtani, skurcz oskrzeli czy wstrząs anafilaktyczny. W świetle współczesnej wiedzy, duży nacisk położony jest na profilaktykę schorzeń alergicznych.



1) W odniesieniu do pyłków roślin obejmuje ona:

- śledzenie komunikatów meteorologicznych i w okresie pylenia przebywanie w pomieszczeniach z zamkniętymi oknami, unikanie przebywania na łąkach, w ogrodach, parkach

- koszenie traw przed okresem pylenia

- unikanie spacerów, szczególnie w słoneczne, wietrzne dni

- urlopy nad morzem, w górach, nie nad jeziorami

- po pobycie w plenerze - prysznic, zmiana odzieży

2) Rodzice dzieci uczulonych na roztocza powinni pamiętać:

- o usunięciu dywanów, zabawek pluszowych

- o ścieraniu "na mokro" kurzu, odkurzaczu z filtrem

- o stosowaniu oczyszczaczy powietrza i środków roztoczobójczych

- o używaniu specjalnych poszewek na pościel i sztucznych kołder

- o niskiej wilgotności i temperaturze w pomieszczeniach mieszkalnych

3) Pacjenci z nadwrażliwością na przykład na jad owadów, winni stosować się do takich zaleceń jak:

- unikanie sąsiedztwa pasiek i gniazd os

- pamiętać, że agresywność owadów wzrasta przy dużej temperaturze i wilgotności oraz reagują one na ruch, kolor (ostre, intensywne) i zapachy (kosmetyki, pot, żywność).