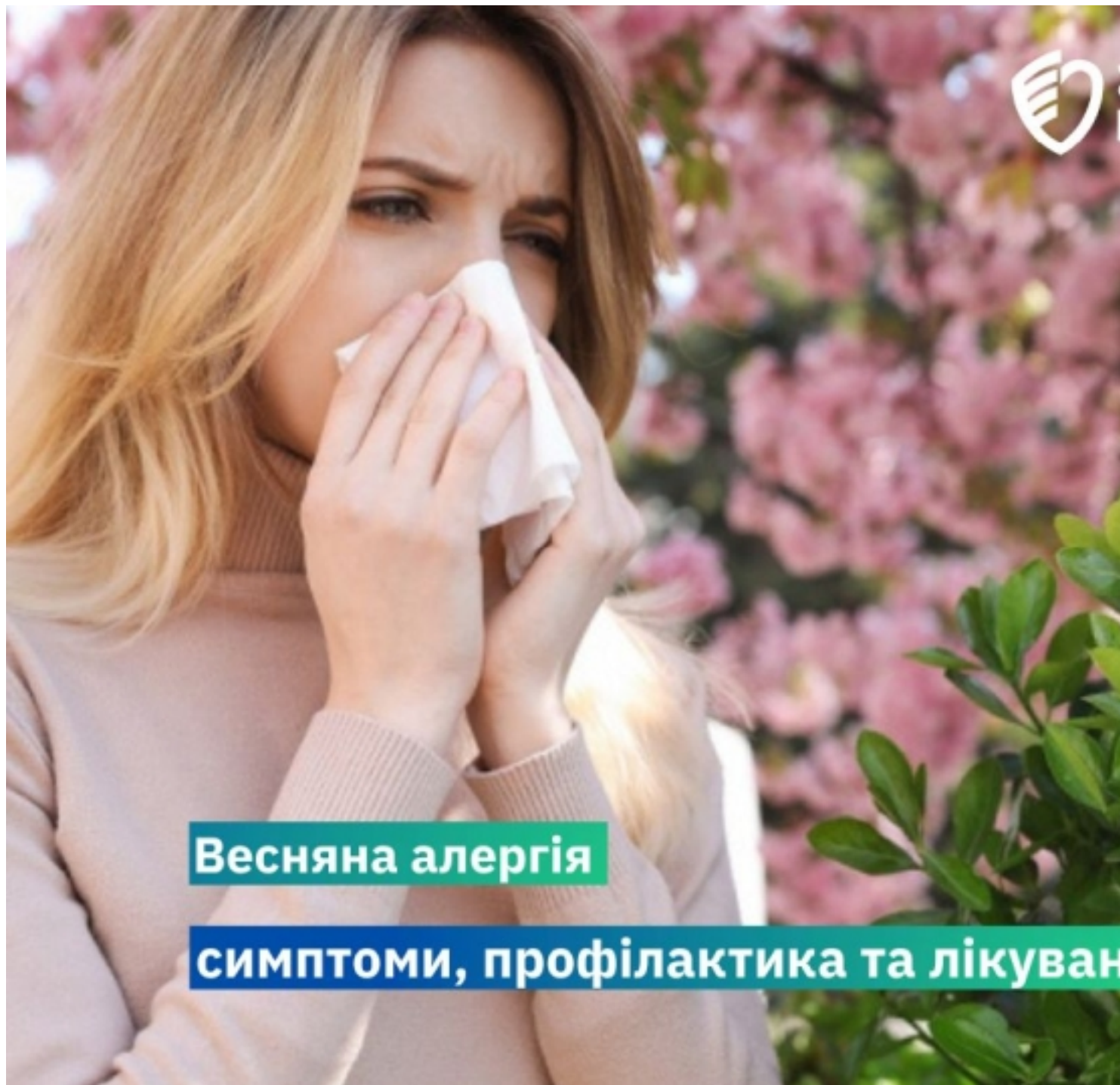




Весняна алергія

симптоми, профілактика та лікування

Весна — час активізації алергічних процесів

Нежить, чхання, слюзотеча — все це типові прояви весняної алергії.

З приходом весни починають «оживати» зелені насадження. У повітря піднімається пилок — головний весняний алерген. І у людей, схильних до алергії, починаються важкі часи.

Алергія — надмірна реакція організму

В організмі існує спеціальне «антитерористичне формування», яке покликане захищати організм від попадання всіляких чужорідних організмів і речовин. Коли імунітет ослаблений, підвищується ймовірність захворіти. При алергії імунітет проявляє гіперчутливість до різних речовин, які потрапляють в організм ззовні.

Алергічна реакція розвивається при контакті організму і алергену. По тому, як алерген потрапляє в організм, розрізняють дихальну, харчову та контактну алергії. Навесні найчастіше ми маємо справу з полінозом — алергічною реакцією на пилок рослин. І найчастіше така алергія відноситься до дихальної форми. Ранньою весною, коли немає листя, пилок може розноситися вітром на великі відстані. Він дрібний і дуже летючий, здатний проникати в приміщення, через дрібні щілини. Це робить поліноз серйозною проблемою.

Симптоми весняної алергії:

До найпоширеніших весняних симптомів відносяться: - нежить, різь в очах, слюзотеча, чхання, кашель.

Астма — це теж один з варіантів весняної алергії. На пилок реагують дихальні шляхи. Вони звужуються, ускладнюється дихання, виникають кашель і хрипи. При появі подібних симптомів слід звернутися до лікаря.

Лікування весняної алергії

Багато людей намагаються «перетерпіти» прояв хвороби, сподіваючись, що пройде самостійно. Але таке ставлення до свого здоров'я може відгукнутись ускладненнями. Навіть якщо алергія з'явилась вперше і симптоми її проявляються слабо, це не привід відкласти візит до лікаря. Імунітет може «запам'ятати» алерген і на наступний рік симптоми будуть проявлятися набагато серйозніше. У період загострення потрібно знижувати активність імунної системи. Зазвичай для цього застосовують антигістамінні препарати, призначати які повинен лікар.

Не займайтеся самолікуванням

Зараз у продажі є багато антигістамінних препаратів широкого спектру дії, які можуть знизити ступінь алергічної реакції. Не поспішайте купувати ліки за чиеюсь порадою. У будь-яких ліків є свої протипоказання, і якщо призначити їх собі самому, можна серйозно нашкодити організму. Тільки лікар може розібратися в повній картині вашого захворювання і підібрати потрібний препарат.

А головне – алергічним нападам можна запобігти.

Радимо виконувати наступні профілактичні заходи:

- Щодня вдома проводьте вологе прибирання;
- Не виїжджайте на природу в розпал алергії;
- Не сушіть випрані речі на балконі, щоб вони не «збирали» пилок;
- Прийшовши з вулиці, переодягайте одяг, приймайте ванну, мийте голову;
- Періодично промивайте соляним розчином ніс і глотку;
- Харчуйтеся так, щоб створити сприятливі умови для розвитку нормальної мікрофлори кишківника;
- Утримуйтеся від шкідливих звичок (куріння, вживання алкоголю);
- Постарайтеся не допустити контакту організму з алергеном.

Візьміть алергію під контроль і будьте здорові!