

Πώς αντιμετωπίζονται οι αλλεργίες του φθινοπώρου;

/ [Πεμπτούσία](#)



Φωτ.: depositphotos.com

Παρά το γεγονός ότι οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν συνδέσει την εποχική αλλεργία με την Άνοιξη, μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού υποφέρει ιδιαίτερα και το φθινόπωρο. Αν λοιπόν ταλαιπωρείστε από καταρροή, φτέρνισμα, ρινική συμφόρηση, βουρκωμένα μάτια, κνησμό σε μύτη-μάτια και βήχα τον Σεπτέμβρη θα πρέπει να επισκεφτείτε το γιατρό σας.

«Οι φθινοπωρινές αλλεργίες είναι εξίσου ενοχλητικές με αυτές της Άνοιξης και παρά την χρονική διαφορά που τις χωρίζει, έχουν παρόμοια συμπτώματα και αρκετές κοινές αιτίες» αναφέρει ο Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος Μηνάς Ν. Αρτόπουλος.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΑΛΛΕΡΓΙΩΝ ΤΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

Σύμφωνα με τους επιστήμονες τα βασικά συμπτώματα που εμφανίζουν οι αλλεργίες κατά τους μήνες του Φθινοπώρου είναι:

- Καταρροή,
- Συνάχι,

- Φτέρνισμα,
- Ρινική συμφόρηση,
- Βουρκωμένα μάτια,
- Βήχας,
- Μαύροι κύκλοι κάτω από τα μάτια,
- Άσθμα,
- Εξάνθημα με κνησμό μετά από έκθεση σε κρύο
- Κνησμός σε μύτη και στα μάτια

ΑΙΤΙΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ - ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΑΛΛΕΡΓΙΑΣ

Με την εμφάνιση των πρώτων συμπτωμάτων αλλεργίας, οι γιατροί συνιστούν στους ασθενείς να υποβάλλονται σε αλλεργικό τεστ προκειμένου να εντοπιστεί το υπεύθυνο αλλεργιογόνο.

Σύμφωνα με επιστημονικές μελέτες τα βασικά υπεύθυνα αλλεργιογόνα για τις αλλεργίες του Φθινοπώρου είναι:

- Η Γύρη από τα αγριόχορτα. Και αυτό γιατί παρόλο που τα αγριόχορτα ανθίζουν κυρίως τον Αύγουστο, η αναπαραγωγή τους και η παραγωγή της γύρης διαρκεί μέχρι τον Σεπτέμβρη και τον Οκτώβρη.
- Τα ακάρεα. Η σχετικά υψηλή θερμοκρασία και η υγρασία είναι οι πλέον κατάλληλες συνθήκες για να αναπτυχθούν. Οι σχολικές αίθουσες διδασκαλίας που έχουν παραμείνει για πολύ καιρό κλειστές, όπως και τα χαλιά ή μοκέτες, τα στρώματα, οι κουρτίνες, τα χνουδωτά παιδικά παιχνίδια αποτελούν κατάλληλο περιβάλλον για την ανάπτυξη των ακάρεων που ευδοκιμούν μέσα στη σκόνη των κτιρίων, η ύπαρξη τους μάλιστα δεν εξαρτάται από το πόσο καθαρός είναι ο χώρος
- Οι Μύκητες. Οι σχολικές αίθουσες αφού έχουν παραμείνει κλειστές για μεγάλο χρονικό διάστημα, υπόγεια, αποθήκες αλλά και χώροι με αυξημένη υγρασία (μπάνια σπιτιού), είναι το κατάλληλο περιβάλλον για την ανάπτυξη των μυκήτων. Θα πρέπει να τονιστεί ότι οι μύκητες ενοχοποιούνται για την αύξηση των κρίσεων άσθματος.

Επίσης το Φθινόπωρο δυο είναι οι βασικοί παράγοντες, που βοηθούν στην διασπορά των αλλεργιογόνων, οι ισχυροί άνεμοι και τα σχολεία.

- Ισχυροί άνεμοι. Λόγω της διασποράς της γύρης, μπορεί να επιδεινώνουν τα συμπτώματα των αλλεργικών ατόμων.
- Τα σχολεία. Η επιστροφή στο σχολείο πυροδοτεί τις φθινοπωρινές αλλεργίες στα παιδιά λόγω των ακάρεων της οικιακής σκόνης και των μυκήτων που

υπάρχουν πιο συχνά στους σχολικούς χώρους.

Το πρώτο μέτρο άμυνας, όσων έχουν πρόβλημα αλλεργίας ,είναι η πρόληψη με:

- Αποφυγή υπεύθυνου αλλεργιογόνου, εφόσον είναι γνωστό και είναι εφικτό
- Παραμονή σε κλειστό χώρο τις ώρες (10.00-15.00) που η γύρη παρουσιάζει αυξημένη συγκέντρωση στην ατμόσφαιρα
- Χρήση μάσκας κατά την διάρκεια καθαρισμού αυλής ή υπόγειων χώρων
- Καλό αερισμό κλειστών χώρων, συχνό γενικό καθάρισμα Πριν την ενεργοποίηση της θέρμανσης, καλός καθαρισμός των σωμάτων και αλλαγή των φίλτρων των κλιματιστικών

«Όταν κάποιος έχει πρόβλημα αλλεργίας και έχει βρεθεί το υπεύθυνο αλλεργιογόνο η κατάλληλη θεραπευτική αγωγή θα αποφασιστεί από τον ειδικό ιατρό βάση του ιστορικού και της κλινικής εξέτασης» καταλήγει ο Δρ Αρτόπουλος.

Η βασική θεραπεία για την αντιμετώπιση της αλλεργίας γίνεται με :

- Κορτικοειδή
- Αντιισταμινικά
- Αποσυμφορητικά τοπικής ή συστηματικής χρήσης
- Ανοσοθεραπεία ή απευαισθητοποίηση είναι χρήσιμη για περιπτώσεις με βαριά συμπτωματολογία που δεν ανταποκρίνεται στη λοιπή φαρμακευτική αγωγή.