

Бремя цветения

От сезонной аллергии на пыльцу некоторых растений страдают очень многие. Согласитесь, неприятно встречать долгожданные теплые деньки аллергическим насморком и сквозь слезы смотреть на нежные молодые березовые листочки. Имя этому недугу — поллиноз, и длится эта напасть обычно не больше недели. Как помочь аллергикам пережить это непростое время, рассказывает Сергей Юрьевич Ильин, кандидат медицинских наук, врач аллерголог-иммунолог многопрофильной клиники «МедикСити».

В средней полосе России пыльцевая аллергия обусловлена цветением березы и ольхи, злаковых и сорных трав, в зависимости от погодных условий. Начало сезона происходит в конце апреля – начале мая и связано с цветением березы. Симптомы поллиноза очень выраженные: покраснение и зуд глаз, слезотечение, чихание, водянистый насморк, приступы удушья, крапивница. Эти признаки чаще всего настолько очевидны, что врач может поставить диагноз и без проведения анализов.



Чаще всего аллергию вызывает пыльца березы или ольхи, а вот на пыльцу хвойных – елей, лиственниц или сосен – еще никто не жаловался.



Несомненно, что у большинства страдающих поллинозом присутствует генетическая предрасположенность к этой форме аллергии. Нельзя не учитывать уменьшение бактериальной нагрузки на организм. В развитых странах люди все меньше контактируют с бактериями (руки мы моем, пища стерильна), в то время как в менее благополучных странах процент аллергических заболеваний гораздо ниже. С другой стороны, нас сильно одолевают вирусные заболевания: ОРВИ, грипп и им подобные. В результате действия этих факторов происходит некий перекокс в иммунной системе, что, судя по всему, и приводит к аллергическим заболеваниям.

Тем не менее всегда можно пройти диагностические тесты на предрасположенность к аллергии. Кожные пробы проводят исключительно в период ремиссии. Страдающим поллинозом их рекомендуют делать в период с ноября по март. На кожу предплечья наносится раствор аллергена. Под каплями специальной пластинкой делают царапинки (скарификационный метод). Если на этом месте через 20 минут появляется припухлость или покраснение – значит, тест положительный.

Владельцам Карты постоянного покупателя аптеках «Столички»

Скидка 6%* в мае

Эриус
таб п.о. 5мг №10
РУ П N014704/02



*Акция действует с 1 по 31 мая 2018 года. Количество акционного товара ограничено. Скидки не суммируются. Организатор оставляет за собой право вносить изменения в условия акции. Подробности акции на сайте www.stolichki.ru Реклама, 18+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА.

Специальное предложение
в аптеках «Столичики»
Предъявителю купона
при покупке 2-х упаковок
скидка 10%*

Африн
спрей наз. 0,05% 15мл
РУ ЛП-001819



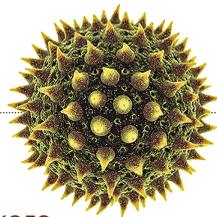
*Акция действует с 1 апреля по 31 мая 2018 года. Количество акционного товара ограничено. После предоставления скидки купон изымается у покупателя. В одном чеке возможно использование не более одного купона. Скидки не суммируются. Организатор оставляет за собой право вносить изменения в условия акции. Подробности акции уточняйте у фармацевтов. Реклама, 18+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО
ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА.



Существуют также лабораторные методы, определяющие наличие специфических антител к различным аллергенам в крови. Для этого метода никаких ограничений нет, его можно проводить в любое время года.

Лечение поллиноза в период обострения симптоматическое, и, разумеется, назначение должен сделать врач. Чаще всего в таких случаях рекомендуются антигистаминные препараты. Принцип их действия заключается в том, чтобы подавлять основной медиатор аллергического воспаления – гистамин.



Название «поллиноз» появилось от английского pollen (пыльца).

При аллергической реакции гистамин воздействует на так называемый H1-рецептор, раздражение которого вызывает внешние проявления аллергии: чихание, покраснение кожи, отеки слизистой. Антигистаминный препарат связывается с этим рецептором, блокирует его, так что гистамин уже не способен взаимодействовать с H1-рецептором. Получается, что антигистаминные препараты осуществляют кратковременную блокаду рецепторов гистамина. Это явление можно проиллюстрировать очень простой ассоциацией: если в комнате заблокировать все выключатели электричества, вы не сможете ни выключить, ни включить свет.

Также существуют препараты, действие которых основано на стабилизации



Самый эффективный способ избежать поллиноза – на время цветения покинуть среднюю полосу. Если такое не представляется возможным, единственный выход из положения – всеми силами избежать контакта с пылью, поэтому:

- держите окна закрытыми, чтобы пыльца не залетала в помещение;
- раз в два дня делайте влажную уборку;
- обязательно застилайте постель, а еще лучше – подушки и простыни убирайте в шкаф, чтобы на них не оседала пыльца; не встряхивайте в квартире простыни и покрывала, чтобы не поднимать уже попавшую в помещение пыльцу;
- используйте увлажнители и ионизаторы воздуха, системы фильтрации, очищающие воздух в помещении;
- умывайтесь проточной холодной водой;
- без необходимости не покидайте квартиру, не выезжайте в лес, на дачу, не ходите на прогулки в парки, где растут березы и ольха;
- в автомобиле не открывайте окна;
- держите наготове лекарственные препараты, облегчающие неприятные ощущения.



клеточных мембран. Эти лекарственные средства менее популярны (так как эффект начинается через несколько дней), а суть их действия в том, что они препятствуют высвобождению гистамина.

Стабилизаторы тучных клеток блокируют выброс гистамина и других вызывающих симптомы аллергии веществ из туч-

Многолетние наблюдения показывают, что с возрастом вероятность аллергической реакции у людей снижается, и после 60 лет поллиноз уже не страшен.



Для облегчения неприятных симптомов хорошо себя зарекомендовали кортикостероидные (гормональные) препараты, которые подавляют воспаление. Они достаточно эффективны в борьбе с аллергическим ринитом и заложенностью носа и слезоточивостью, но принимать их следует строго по назначению врача. Большое облегчение приносят сосудосуживающие средства, которые уменьшают водянистые выделения из носа, чихание. Но важно помнить, что эти лекарства не рекомендуется принимать более пяти дней. Аллерголог или офтальмолог может назначить глазные капли от аллергии; это могут быть сосудосуживающие капли, уменьшающие покраснение и отек слизистой оболочки. При длительном применении они вызывают привыкание, может возникнуть «эффект отмены» – быстрое возвращение всех проявлений заболевания. Для снятия зуда и отека применяют также антигистаминные глазные капли, которые препятствуют накоплению гистамина, или противовоспалительные – в зависимости от ситуации их может порекомендовать доктор.



ных клеток – высокоспециализированных иммунных клеток, играющих основную роль в механизме развития аллергической реакции. Особенностью препаратов, принадлежащих к этой группе, является эффект накопления – они действуют не сразу после приема. Поэтому для того, чтобы уменьшить проявление симптомов, эти противоаллергические лекарства рекомендуется начинать принимать заранее, перед началом аллергического сезона.

Для лечения поллинозов с выраженными проявлениями и с длительным периодом обострения целесообразно проводить аллергенспецифическую иммунотерапию (АСИТ). Лечение проводят в период ремиссии, в течение нескольких месяцев. Пройдя два-три курса, на несколько лет можно забыть об аллергии.