

آلرژی بهاری شروع می‌شود

آلرژی‌های بهاری هم با آمدن فصل بهار، در بین مردم فراگیر می‌شود.



آلرژی‌های بهاری هم با آمدن فصل بهار، در بین مردم فراگیر می‌شود.

آلرژی به واکنش‌های شدید و غیر عادی سیستم ایمنی بدن نسبت به ورود عوامل خارجی گفته می‌شود که عوارض گوناگونی را برای فرد ایجاد می‌کند. این عوارض اگرچه در بیشتر موارد مقطعی و زودگذر هستند، ولی در مواردی نیز واکنش‌های شدید بدن را سبب می‌شوند و تا مدت طولانی ادامه می‌یابند.

آلرژی بهاری معمولاً با آب ریزش بینی و سوزش چشم همراه است و در برخی موارد همانند سرماخوردگی حالت کرختی ایجاد می‌کند و فرد به عطسه‌های مکرر مبتلا می‌شود.

به گفته پزشکان، حساسیت بهاری می‌تواند به طور ناگهانی یا تدریجی ایجاد شود و چند دقیقه تا چند ماه به طول بینجامد.

آلرژی در بیشتر موارد زمینه ژنتیکی دارد، ولی عوامل محیطی نیز بر آن موثرند. بنا بر باور پزشکان درمان آلرژی به شناخت دقیق عوامل حساسیت‌زا نیاز دارد و به این منظور باید آزمایش‌های متعددی انجام شود. پس از شناسایی این عوامل به بیمار توصیه می‌شود که حتی‌الامکان از این عوامل دوری کند. البته در برخی موارد داروهای ضد حساسیت تجویز می‌گردد و در صورتی که آلرژی خیلی شدید باشد، تزریق آمپول هم انجام می‌شود.

گفتگوی زیر در این زمینه با دکتر محمدرضا فضل‌الهی، متخصص آسم و آلرژی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران انجام شده است.

چرا بروز حساسیت در فصل بهار بیش از سایر فصل‌ها دیده می‌شود؟

به طور کلی 20 تا 30 درصد افراد جامعه ممکن است دچار آلرژی شوند. این آلرژی می‌تواند به صورت فصلی و یا دائمی باشد که شیوع نوع فصلی آن بیش از نوع دائمی است. آلرژی‌های فصلی برای بروز نیاز به یک عامل محرک دارند و فصل بهار که فصل گرده‌افشانی و رویش گیاهان مختلف است می‌تواند محرک خوبی برای آن باشد.

پس این مطلب صحیح است که گرده گل‌ها باعث بروز آلرژی در بهار می‌شود؟

بله، البته باید به این نکته توجه داشت که کدام گرده‌ها موجب بروز آلرژی می‌شوند. بر خلاف نظر عامه مردم، گل‌هایی مثل رز و سرخ به دلیل این که گرده آنها بزرگ است، کمتر در ایجاد آلرژی نقش دارند و در مقابل، گرده گل‌های کوچک و گرده درختان سوزنی برگ مثل سرو در ایجاد آلرژی بسیار موثرند.

ذرات معلق در هوای شهرهایی مثل تهران همواره وجود دارند، پس چرا این ذرات موجب ایجاد آلرژی نمی‌شوند؟

برای پاسخ به این سوال ابتدا باید دانست که ماده حساسیت‌زا باید دارای چه مشخصاتی باشد تا موجب ایجاد آلرژی شود. مهم‌ترین نوع آلرژی، آلرژی بینی است که 25 تا 30 درصد مبتلایان را دربرمی‌گیرد که در آن دستگاه تنفسی فوقانی یا تحتانی درگیر می‌شود.

به بیان علمی باید گفت برای تحریک دستگاه تنفسی افرادی که مستعد آلرژی هستند، یک ماده آلرژن (حساسیت‌زا) باید وزنی بین 10 تا 70 دالتون داشته باشد و گرده گیاهان بهاری در این دسته قرار می‌گیرند.

یعنی آلاینده‌های هوا در ایجاد آلرژی‌های فصل بهار بی‌تاثیرند؟

نه، آلاینده‌های هوا نیز به نوبه خود در این پدیده نقش دارند. طبق نتایج تحقیقات انجام شده در کشور، مشخص شده است که

آلاینده‌ها می‌توانند شکل آلرژن‌ها را تغییر دهند و باعث حساسیت‌زایی بیشتر آنها شوند. با بررسی میکروسکوپی گرده گیاه سرو نقره‌ای در تهران، مشخص شده است که گرده این گیاه در نواحی آلوده‌تر شهر، از لحاظ ظاهری تغییر شکل می‌یابد و علایم حساسیت‌زایی بیشتری از خود نشان می‌دهد.

آیا آلرژی درمان دارد؟

اگر منظور از این درمان، علاج و مداوای قطعی بیماری باشد، باید گفت جز در موارد معدودی این امر امکان‌پذیر نیست که البته مدت درمان این تعداد محدود نیز طولانی خواهد بود. بروز آلرژی در زمان‌های مختلف متفاوت است، یعنی ممکن است در طول یک دوره زمانی به اوج خود برسد، ولی در مقابل ممکن است چند سال به صورت خفته بماند و بروز نکند.

در کل ریشه‌کنی آلرژی بسیار مشکل است.
پس چه طور می‌توان با این پدیده مقابله کرد؟

طبق بررسی‌های انجام شده، اولین و مهم‌ترین قدم در جلوگیری از بروز آلرژی، پیشگیری است. برای این کار مناسب‌ترین عمل، دور کردن فرد از عامل حساسیت‌زاست، مثلاً اگر فرد به گیاهی خاص حساسیت دارد، بهترین کار دور کردن فرد از آن گیاه است ولی اگر این کار مقدور نبود، می‌توان از ورود عامل حساسیت‌زا به منزل جلوگیری کرد، مثلاً با بستن پنجره‌ها و بالا کشیدن شیشه اتومبیل در هنگام خروج از منزل می‌توان تا حد زیادی از بروز آلرژی جلوگیری کرد.

آگاهی از این نکته نیز بسیار مهم است که ازدحام گرده‌های گیاهان در دو مقطع زمانی بسیار زیاد است: یکی ساعت 10 صبح و دیگری ساعت 5 بعد از ظهر. افراد مستعد آلرژی باید در این ساعات، موارد بهداشتی از قبیل استفاده از ماسک را بیشتر مدنظر قرار دهند.

چه داروهایی برای درمان آلرژی وجود دارد؟

معمول‌ترین داروهایی که در این مورد استفاده می‌شوند آنتی‌هیستامین‌ها هستند که در واقع علایم بالینی آلرژی را کاهش می‌دهند، نه این که آن را درمان کنند. از عوارض مهم این داروها ایجاد خواب‌آلودگی است.

داروهای دیگری که برای درمان آلرژی کاربرد دارند، داروهای استروئیدی هستند که انواع قدیمی آنها عوارض بسیاری داشتند، ولی در حال حاضر عوارض آنها بسیار کاهش یافته است. باید به این نکته نیز توجه داشت که مصرف داروهای استروئیدی به شکل خوراکی یا تزریقی، به صورت خودسرانه آثار بدی را می‌تواند به دنبال داشته باشد.