



متهمان ردیف اول آلرژی بهاری را بشناسید/ هشدار به افرادی که کورتون تزریق می‌کنند!

یک متخصص ایمنولوژی، آسم و آلرژی گفت: افراد به هیچ عنوان خودسرانه برای کاهش علائم آلرژی کورتون مصرف نکنند. همچنین بهتر است این دسته از بیماران مصرف غذاهای سرخ شده، مواد غذایی که دارای مواد نگهدارنده هستند و ادویه های تند را کاهش دهند.

یک متخصص ایمنولوژی، آسم و آلرژی گفت: افراد به هیچ عنوان خودسرانه برای کاهش علائم آلرژی کورتون مصرف نکنند. همچنین بهتر است این دسته از بیماران مصرف غذاهای سرخ شده، مواد غذایی که دارای مواد نگهدارنده هستند و ادویه های تند را کاهش دهند.

دکتر مهرناز مصداقی متخصص ایمنولوژی در گفت و گو با جام جم آنلاین بیان کرد: یکی از انواع آلرژی ها، آلرژی بهاری است که با آغاز فصل بهار و گرده افشانی درختان علایم آن در افراد بروز می کند. این عارضه نوعی واکنش سیستم ایمنی بدن است و در افرادی که زمینه ژنتیکی دارند در اثر قرار گرفتن در معرض عوامل محیطی ایجاد می شود و اکثرا به صورت مشکلات تنفسی و چشمی خود را آشکار می سازند.

وی افزود: آلرژی های فصلی به دلیل گرده های درختان، درختچه ها و انواع چمن ها و علفهای هرز در فصلهای بهار، تابستان و پاییز مشاهده می شود. عطسه، گرفتگی بینی، آب ریزش بینی، بی خوابی، خستگی، تورم و قرمزی چشم، خارش چشم و اشک ریزش از شایع ترین نشانه های وجود آلرژی است.

به گفته مصداقی، آلرژی زمینه ژنتیکی داشته و به عبارتی افرادی که در خانواده سابقه وجود این عارضه را دارند بیشتر از سایرین مستعد ابتلا هستند.

این متخصص ایمنولوژی متذکر شد: بروز آلرژی در کودکان و جوانان معمولا بیشتر از بزرگسالان است و در سنین مختلف علایم مختلفی دارد، در کودکی بیشتر به صورت آلرژی های پوستی یا غذایی خود را نشان داده و در بزرگسالی می تواند به آلرژی تنفسی تبدیل شود.

دبیر انجمن ایمنولوژی و آلرژی ایران اشاره کرد: آلرژی های فصلی به دلیل گرده افشانی درختان، چمن ها و علف های هرز بروز می کنند. ساعات اوج گرده افشانی در ابتدای صبح و غروب است لذا به افراد مبتلا به آلرژی توصیه می شود در این ساعات کمتر از منزل خارج شوند و در صورت خروج، از ماسک استفاده کنند، علاوه بر آن هنگامی که داخل خودرو هستند پنجره را پایین نکنند و همچنین اگر در منزل هستند درها و پنجره ها را ببندند.

وی شستشوی بینی با سرم های نمکی را یکی از مفیدترین راهکارها برای کاهش علائم آلرژی های فصلی دانست و گفت: بهترین اقدام برای پیشگیری از علائم، شست و شوی بینی با سرم نمکی چندین بار در طول روز است تا گرده گیاهان موجود در بینی و مجاری تنفسی پاک شود همچنین این دسته از افراد بهتر است هر شب قبل از خواب استحمام کرده تا اگر گرده ای در بدنشان است به رخت خواب منتقل نشود.

این متخصص خاطرنشان کرد: کسانی که فصل بروز آلرژی شان ثابت است می توانند 2 هفته قبل از شروع فصل ، مصرف دارو را شروع کنند تا از شدت علائم بیماری بکاهند.

مصداقی در خصوص درمان آلرژی های فصلی به جام جم آنلاین گفت: اولین گام در رابطه با درمان محدود کردن تماس فرد با چیزی که به آن حساسیت دارد. گام بعدی تجویز دارو برای این افراد است، انواع آنتی هیستامین ها و اسپری های کورتیکواستروئیدی استنشاقی از جمله داروهایی با عوارض کم هستند که برای کنترل آلرژی های فصلی بهترین گزینه اند.

وی افزود: افرادی که با این مراقبت ها و داروها بیماریشان کنترل نشد نیازمند ایمونوتراپی (تزریق واکسنهای الرژی) هستند. در این صورت فرد تحت نظر پزشک قرار می گیرد و متخصص با انجام آزمایش های متعدد نوع آلرژی بیمار را تشخیص داده و در صورت صلاحدید واکسن برای فرد تجویز می کند. تزریق واکسن های آلرژی حدود 3 سال به طول درمان نیاز دارد.

دبیر انجمن ایمنولوژی و آلرژی ایران هشدار داد: افراد به هیچ عنوان خودسرانه برای کاهش علائم آلرژی کورتون مصرف

نکنند. همچنین بهتر است این دسته از افراد مصرف مواد غذایی محرک و غذاهای حاوی مواد نگهدارنده و افزودنی اجتناب کنند.