



## آلرژی بهاره در صورت عدم کنترل می‌تواند به آسم پایدار تبدیل شود

یک متخصص آسم و آلرژی گفت: اهمیت آلرژیها در این است که اگر کنترل نشوند می‌توانند پیشرفت کرده و با ایجاد التهاب در راه هوایی کم کم ماندگار و طولانی شده و شخص را دچار آسم پایدار کنند.

دکتر بمانیان در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: گرده افشانی گلها در فصل بهار که لازمه بارور شدن گیاهان دیگر است تغییر دمایی ایجاد کرده که جریان هوا به صورت باد گرده‌ها را جابجا می‌کند این جابجایی گرده‌ها از لحاظ طبیعت و بارور شدن درختان امری مفید است، اما برای کسانی که به بیماریهای آلرژیک مبتلا هستند این گرده‌ها در قسمتهای مختلف بدنشان قرار می‌گیرد و سیستم دفاعی بدن آنها نسبت به این گرده‌ها واکنش آلرژیک یا حساسیت نشان می‌دهد و علائمی مانند سردرد، مشکلات دستگاه تنفسی، آب ریزش بینی، عطسه، خارش و گرفتگی بینی، خارش، قرمزی چشم و ریزش اشک چشم ایجاد می‌کند.

وی با بیان این مطلب که این علائم بیماریهای آلرژیک می‌تواند با هم یا به تنهایی اتفاق بیفتند؛ تصریح کرد: گرده‌ها ممکن است در قسمتهای دیگر دستگاه تنفس و نقاط تحتانی‌تر ایجاد التهاب کنند و علائمی مانند تنگی نفس، احساس ناراحتی و درد سینه، سرفه و خس خس سینه را بوجود آورد و حتی منجر به خارش پوستی هم بشود.

دکتر بمانیان افزود: برخی گرده‌ها به مواد غذایی شباهت دارند و بنابراین افراد حساس به گرده‌های خاص ممکن است غذاهایی که تا به حال هم استفاده می‌کردند و حساسیتی نداشتند را در فصل بهار استفاده کنند و با خوردن آن غذای خاص دچار علائم حساسیت و آلرژی شوند.

وی ادامه داد: کسانی که به گرده گیاهی مثل قان حساسیت دارند با خوردن میوه‌هایی مثل موز، سیب، کیوی و شاه بلوط در این فصل دچار علائم حساسیت می‌شوند. در حالی که اگر همین میوه‌ها را در فصل دیگری مصرف کنند خطری آنها را تهدید نمی‌کند. این مشکل به دلیل حضور و افزایش و تراکم گرده‌ها در فصل بهار بروز می‌کند. این متخصص آسم و آلرژی با بیان اینکه تراکم گرده‌ها معمولاً در اوایل صبح و عصر بیشتر است، گفت: کسانی که برای اولین بار این علائم را پیدا می‌کنند احساس می‌کنند دچار سرماخوردگی شدند.

وی یادآور شد: گاهی تشخیص سرماخوردگی و حساسیت برای خود بیمار نیز سخت است و لازم است برای تفکیک این دو به پزشک متخصص مراجعه شود. وی اضافه کرد: اهمیت آلرژیها در این است که اگر کنترل نشوند می‌توانند پیشرفت کرده و با ایجاد التهاب در راه هوایی کم کم ماندگار و طولانی شده و شخص دچار آسم پایدار شود.

دکتر بمانیان توصیه کرد: حتی آب ریزش‌های جزئی را باید پیگیری کرد.

وی در خصوص پیشگیری از بروز علائم حساسیت در این افراد توصیه کرد: اشخاصی که به گرده‌های گیاهان حساسیت دارند حتی المقدور در اوایل صبح و عصرها در فصل بهار از منزل خارج نشوند؛ چرا که تراکم گرده‌ها در این زمان بیشتر است و در صورت استفاده از وسیله نقلیه با شیشه‌های بالا حرکت کنند. وی ادامه داد: برای آلرژیهای چشمی از عینک‌های مناسب استفاده شود تا گرده‌ها کمتر وارد چشم شوند.

بمانیان با بیان این مطلب که بهتر است در منزل هم درب و پنجره‌ها را بسته نگهداشت تا گرده‌ها از پنجره و مجراها راه نفوذ به منزل را نداشته باشند؛ خاطر نشان کرد: اگر شخص بیرون از منزل علائم خاص برایش ایجاد شد و عطسه‌های پی در پی ملال آور بود بعد از مراجعت به منزل دوش بگیرند؛ چرا که دوش گرفتن کمک می‌کند تا گرده‌های مختلف در قسمتهای مختلف بدن تا حد زیادی شسته شود.

وی گفت: در صورت استفاده از داروها و عدم کنترل علائم حساسیت باید با پزشک متخصص آلرژی مشورت شود.

متخصص آسم و آلرژی اظهار کرد: در این فصل بهتر است برای خشک کردن لباس و ملافه‌ها از محیط باز و بیرون استفاده نشود زیرا با این کار گرده‌های پراکنده در محیط پراکنده ممکن است به بافت پارچه نفوذ کرده و بطور غیرمستقیم وارد محیط زندگی شوند.

دکتر بمانیان در پایان متذکر شد: همچنین گرده‌هایی هم در داخل منزل وجود دارند که ایجاد حساسیت می‌کنند مانند کپک‌ها، گرد و خاک داخل منزل یا اجزاء بدن بعضی از حشرات مثل سوسک‌های خانگی، پشه و مگس که ضمن پرواز در محیط خانه از بالش‌ها گرده‌هایی در هوا پخش می‌شود و ایجاد حساسیت می‌کنند که توصیه می‌شود این حشرات از بین برده شوند. همچنین داخل رختخواب با استفاده از جارو برقی‌های مجهز به سیستم خاص تمیز شوند تا گرده‌ها به حداقل ممکن برسند.

سلامت نیوز