

تفاوت سرماخوردگی با آلرژی

فصل بروز شباهت‌های فراوان سرماخوردگی و آلرژی شروع شده است.



فصل بروز شباهت‌های فراوان سرماخوردگی و آلرژی شروع شده است.

ریزش آب بینی، سرگیجه و بی‌حالی، عطسه‌ها و سرفه‌های مکرر از نشانه‌های مشترک این دو عارضه است. برای شروع درمان آلرژی یا سرماخوردگی، حتماً باید به علائم اولیه یا تفاوت‌های آنها توجه کرد در غیراین صورت فرایند درمان و کنترل بیماری طولانی و پرهزینه خواهد بود. با توجه به شروع فصل پاییز، برخی افراد دچار آلرژی‌های فصلی می‌شوند، همچنین با سرد شدن هوا ابتلا به سرماخوردگی افزایش می‌یابد.

به گفته پزشکان سرماخوردگی، یک بیماری حاد محسوب می‌شود، ولی آلرژی، مزمن و طولانی‌مدت است. ازجمله شباهت‌های آلرژی و سرماخوردگی می‌توان به ریزش آب‌بینی، عطسه، سوزش و گرفتگی بینی، سرفه، گلودرد و خستگی اشاره کرد. اما این دو تفاوت‌های بسیاری با هم دارند. سرماخوردگی معمولاً با تبی خفیف همراه است ولی آلرژی‌های مجاری تنفسی فوقانی موجب آبریزش از چشم و بینی، گرفتگی بینی و عطسه می‌شود و فرد تب نمی‌کند.

سرماخوردگی به‌دلیل تب، شما را بی‌حال می‌کند و در بسیاری موارد شما مجبورید چند روزی را استراحت کنید، ولی در آلرژی در کل بدن احساس ناراحتی می‌کنید. درگیری چشم‌ها در آلرژی، بسیار بیشتر از سرماخوردگی است. خارش بینی در سرماخوردگی دیده نمی‌شود. سرماخوردگی به‌طور معمول دوره 3 تا 7 روزه دارد و به ندرت به 10 روز می‌کشد، ولی آلرژی به‌طور معمول بعد از 2 تا 3 هفته جدی می‌شود. علامت‌های سرماخوردگی در تمام شبانه‌روز، یکسان است، ولی آلرژی، حالت حمله‌ای دارد و در اوایل صبح و غروب بیشتر می‌شود. همچنین در زمان مواجهه با ماده آلرژن مانند عطرهای تند، سیگار و دود خودروها به‌صورت جدی بروز پیدا می‌کند.

عوارض سرماخوردگی در افراد در حدی است که ذکر شد اما در افراد مبتلا به آلرژی عوارض به سمت سینوس، حلق، حنجره و گوش میانی گسترش می‌یابد. سرماخوردگی در افرادی که آلرژی دارند بسیار پیچیده می‌شود و می‌تواند منجر به بروز علائم آسم شود. بنابراین زمانی که سرما خورده‌اید یا احساس می‌کنید در حال سرماخوردن هستید، در مواجهه با کسی که می‌دانید آلرژی دارد به هیچ‌وجه با او دست ندهید. سرماخوردگی در این افراد می‌تواند تبدیل به بیماری خطرناک‌تری مانند ذات‌الریه شود. این کار نه‌تنها آنها را رنجورتر می‌کند بلکه آنها مجبورند آنتی‌بیوتیک‌های قوی‌تر مصرف کنند.

عامل ایجادکننده سرماخوردگی ویروس‌های متنوعی است که از فردی به فرد دیگر قابل انتقال است ولی در آلرژی عامل ایجادکننده، آلرژن‌ها هستند که لزوماً موجودات زنده نیستند. آلرژن‌ها شامل مواد خوراکی مانند گوجه و بادمجان یا گرده گل‌ها، خاک، غبار، ریزگرد و... می‌شود. سرماخوردگی بیماری شایع در فصل‌های سرد است ولی به‌دلیل تنوع آلرژی‌زاها، حساسیت می‌تواند بسته به فصل و نوع آلرژی در زمان و مکانی بروز پیدا کند.

براساس همین سرماخوردگی از طریق تماس با افراد ظرف 23 روز منتقل می‌شود ولی آلرژی با مواردی که گفته شد عود پیدا می‌کند به این معنا که فردی که آلرژی دارد پیش از این چنین علائمی را پس از تماس با گل و گیاه تجربه کرده است. علائم فردی که آلرژی دارد با خوردن قهوه و شکلات تشدید می‌شود ولی علائم فرد سرماخورده با خوردن شکلات و قهوه تغییری نمی‌کند.

برای درمان سرماخوردگی استراحت و مصرف مسکن‌ها، غرغره آب نمک و نوشیدن چای، عسل و لیمو بسیار مفید است در صورتی که این موارد در درمان آلرژی تأثیری ندارد. همین‌طور مصرف اسپری‌های تنفسی استروئید و آنتی‌هیستامین برای سرماخوردگی تأثیر ندارد. برای اینکه سرما نخورید می‌توانید دست‌های خود را بشویید و ویتامین‌ث مصرف کنید ولی برای اینکه مبتلا به آلرژی نشوید تقریباً کاری نمی‌توانید بکنید؛ چون پرهیز از آلرژن‌ها همیشه مثل این نیست که از خوردن گوجه و بادمجان یا هر آلرژن خوراکی دوری کنید؛ چرا که به دلایل نامعلوم بدن نسبت به آلرژن‌ها آنتی‌بادی تولید می‌کند و آلرژن‌ها همیشه قابل دیدن و حذف‌کردن نیستند.