



## بخور و نخور های حساسیت

حساسیت یکی از بیماری‌هایی است که در اثر اختلال عملکرد سیستم ایمنی به وجود می‌آید که در برخی موارد با گلودرد همراه است، ولی نباید این ویژگی بدون معاینه پزشک به گلودرد عفونی تعبیر شود.

حساسیت یکی از بیماری‌هایی است که در اثر اختلال عملکرد سیستم ایمنی به وجود می‌آید که در برخی موارد با گلودرد همراه است، ولی نباید این ویژگی بدون معاینه پزشک به گلودرد عفونی تعبیر شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از فارس ؛ ایمن‌السادات موسوی‌نژاد - وزش باد در زمان‌های مختلف در استان قم سبب جا به جایی گرده‌های گل در هوا می‌شود و در بروز حساسیت تنفسی موثر است.

### پرده اول

عطسه، آبریزش بینی، سوزش و خارش گلو، ریزش اشک از چشم‌ها و بعضی دیگر از علائم مانند سردرد امانش را بریده بود، با تصور اینکه با توجه به نزدیکی به فصل سرما بیمار شده به پزشک مراجعه کرد ولی پس از معاینه وی پزشک تنها یک جمله را به زبان آورد «علائم آلرژی فصلی را با سرماخوردگی اشتباه نگیرید»

برخی اوقات علائم مشترک بین دو بیماری حساسیت و گلودرد ناشی از عفونت وجود دارد که در این زمینه معاینه پزشک کارساز است، ولی بیماران باید بدانند در حساسیت تب، بدن درد و بی‌حالی وجود ندارد بنابراین اگر فردی تب دارد باید به فکر بیماری عفونی باشد.

### پرده دوم

ناگهان متوجه لکه‌های قرمز همراه با خارش در پوستش شد که به دلیل حساسیت با لباس پشمی که پوشیده به وجود آمده بود البته این بار اولی نبود که این علائم را مشاهده می‌کرد و حتی به موادی مانند عطر، ادکلن یا کرم‌های مختلف در سطح پوست حساسیت داشت و با مصرف این مواد علائمی مانند کهیر، ترک خوردگی و قرمزی در سطح پوستش ظاهر می‌شد.

\*\*\*

همزمان با فرارسیدن فصل پاییز یک بار دیگر آلرژن‌ها و هیستامین‌ها فعالیت خود را شدت می‌دهند و افراد دارای زمینه آلرژی را دچار حساسیت می‌کنند، به طوری که بیماران مبتلا با شکایت از سرفه‌های طولانی، آبریزش از بینی و یا خارش و کهیر پوستی به پزشک مراجعه می‌کنند.

با توجه به واقع شدن استان قم در منطقه گرم و خشک، واقع شدن در منطقه کویری و وجود ریزگرد در هوا احتمال ابتلا به حساسیت‌های تنفسی در استان بیشتر فراهم است و همچنین پوست برخی افراد نیز به آب و هوای این منطقه حساسیت داشته و سبب بروز علائم حساسیت در سطح پوست آنها می‌شود و همچنین برخی افراد به دلیل حساسیت به نور آفتاب دانه‌های ریز قرمز در سطح پوست آنها ظهور پیدا می‌کند.

وزش باد در زمان‌های مختلف در استان نیز سبب جا به جایی گرده‌های گل در هوا می‌شود و در بروز حساسیت تنفسی موثر است.

حساسیت یا آلرژی یکی از بیماری‌هایی است که در اثر اختلال عملکرد سیستم ایمنی به وجود می‌آید در حالت عادی زمانی که سیستم ایمنی با ماده خارجی برخورد می‌کند اگر این برخورد منجر به واکنش زیاد در بدن شود، آلرژی یا حساسیت ظهور

می‌کند.

سیستم ایمنی فرد در حساسیت بیش از اندازه به ماده حساسیت‌زا واکنش نشان می‌دهد. به گفته جواد نظری، متخصص داخلی و فوق تخصص بیماری‌های ریه و آلرژی‌های تنفسی علت بیماری حساسیت به طور دقیق مشخص نیست ولی عوامل ژنتیکی در بروز آن موثر است در نتیجه حساسیت در برخی خانواده‌ها بیشتر مشاهده می‌شود.

#### چهره‌های مختلف حساسیت در افراد

برخی افراد چشمشان دچار حساسیت می‌شود که علایمی مانند خارش، سوزش و احساس جسم خارجی در چشم، قرمزی و ریزش اشک را نشان می‌دهد.

حساسیت در بینی با علایمی مانند عطسه، آبریزش و خارش بینی، گلو و سوزش حلق و گلودرد همراه است و زمانی که قسمت‌های تحتانی دستگاه تنفس مانند ریه‌ها و برونش‌ها دچار حساسیت است، سرفه، تنگی نفس و افزایش خلط بروز می‌کند.

ماده حساسیت‌زا ممکن است از طریق هوا وارد بدن شود یا این ماده ممکن است خوراکی باشد و علایم حساسیت را در دستگاه گوارشی، بینی، چشم و دستگاه تنفسی ایجاد کند.

برخی بانوان نیز به دلیل استفاده از برخی مواد شوینده و تماس مستقیم این مواد با دست‌های آنها از احتمال ابتلا به حساسیت برخوردار هستند که در اینگونه موارد خارش، سوزش و ضایعات پوستی بروز پیدا می‌کند که بهترین راه درمان در این مواقع دوری از تماس با اینگونه مواد حساسیت‌زا است.

برخی افراد در زمان و فصل خاصی حساسیت پیدا می‌کنند که حساسیت به گرده گل و گیاه در فصل بهار و علف‌های هرز و خشک از جمله این گروه حساسیت‌ها به شمار می‌رود.

برخی حساسیت‌ها نسبت به عواملی است که در خانه وجود دارد یا برخی از علایم حساسیت در چهار فصل ظاهر می‌شود یا برخی از جانوران ریز میکروسکوپی در لباس، رخت خواب و البسه علایم حساسیت را ایجاد می‌کنند.

#### برخی حساسیت‌ها حالت دوره‌ای دارد

این مسئله برای کسانی که حساسیت دارند جای سؤال دارد که آیا فردی که حساسیت دارد امکان درمان برای وی وجود دارد؟

این فوق تخصص آلرژی با بیان اینکه برخی حساسیت‌ها حالت دوره‌ای دارد و سیستم ایمنی در حال تغییر است می‌گوید که در سنی ممکن است حساسیت وجود داشته باشد و پس از آن دوره خود به خود حساسیت از بین برود.

به عنوان مثال برخی افراد ممکن است به موادی که در هوا وجود دارد حساسیت داشته باشند با مهاجرت از آن شهر حساسیت آنها بهبود پیدا می‌کند یا ممکن فردی در کودکی حساسیت داشته باشد و سپس با تکامل سیستم ایمنی حساسیت آنها از بین برود.

#### نقش غذا در بروز حساسیت

ممکن است مصرف برخی میوه‌ها مانند کیوی یا برخی از صیفی‌جات مانند بادمجان یا گوجه‌فرنگی سبب تشدید واکنش‌های آلرژیک شود. البته این موضوع به حساسیت‌های فردی هم مربوط است که در اینگونه مواقع امکان دارد فرد به ماده غذایی حساسیت نداشته باشد.

در مواردی که فرد برای نخستین بار به حساسیت به ماده غذایی خاص مبتلا می‌شود می‌تواند هر روز یک ماده غذایی را از رژیم غذایی خود حذف کند و با مقایسه علایم به نتایج مورد نظر برسد.

#### پیشنهاد مصرف دارو در حساسیت

هیچ دارویی در دنیا برای ریشه‌کنی حساسیت وجود ندارد به طوری که داروهای کنونی تنها علائم حساسیت را کنترل می‌کنند.

پزشکان معتقد هستند کسانی که علائم حساسیت کمی دارند، نیاز به استفاده از دارو ندارند ولی در برخی افراد این علائم مانع کار، خواب، استراحت و... آنها می‌شود که در این گونه موارد پزشک مجبور می‌شود داروی مورد نیاز را تجویز کند.

به گفته نظری دارو در مواردی تجویز می‌شود که امکان پرهیز از ماده حساسیت‌زا وجود ندارد مانند ماده‌ای حساسیت‌زایی که در هوا وجود دارد.

وی معتقد است که بهترین داروها برای درمان حساسیت داروهای موضعی است به عنوان مثال اگر فردی پوست حساسی دارد، از داروهای موضعی برای درمان استفاده کند یا اگر دستگاه تنفسی حساسی دارد از داروهای استنشاقی استفاده کند زیرا این داروها وارد خون نمی‌شوند و دارای عوارض کمی هستند.

#### داروهای ضد حساسیت

داروهایی مانند آنتی‌هیستامین، دیفن هیدرامین، کلرفنیر آمین، کلماستین، هیدروکسی زین، ستیریزین، لوراتادین، زادیتن و فکسو فنادین برای کنترل حساسیت وجود دارد.

نظری به کسانی که حساسیت را تجربه کردند توصیه می‌کند از درمان خودسرانه پرهیز کنند زیرا ممکن است برای بیماری خود به داروهای مختصری نیاز داشته باشند، ولی استفاده خودسرانه از داروهای قوی برای آنها عوارضی به دنبال داشته باشد.

گیاهان دارویی فراوانی وجود دارد که خاصیت ضد حساسیت دارند، یکی از فروشندگان گیاهان دارویی می‌گوید: بادرنجوبه، خارمریم، دارچین، زردچوبه، شاه تره، نارنج، سیاه دانه، کندر، گل مغربی، درخت میخک و افدرا از جمله گیاهانی هستند که خاصیت ضد حساسیت دارند و در رژیم غذایی افراد دارای جایگاه مخصوص به خود هستند که از این بین پنج گیاه دارچین، شاه‌تره، سیاه دانه، کاسنی و بادرنجوبه در درمان حساسیت فصلی موثر است.

#### عوارض داروهای حساسیت و میزان اثربخشی آنها

به دلیل آنکه داروهای حساسیت درمان‌کننده نیست و تنها علائم حساسیت را کنترل می‌کند بنابراین بر اساس توصیه پزشکان بهتر است از داروهایی استفاده شود که عارضه کمتری دارند که در اینگونه مواقع داروهای موضعی تجویز می‌شود.

شایع‌ترین عارضه داروهای ضد حساسیت مانند آنتی هیستامین‌ها خواب‌آلودگی، خشکی دهان، تاری دید و یبوست در بزرگسالان است.

کورتون در قالب خوراکی یا تزریقی برای حساسیت تجویز می‌شود که اگر بیمار خودسرانه به مصرف این دارو ادامه دهد عوارضی مانند فشار خون، افزایش قند، آب مروارید و بیماری‌های پوستی را به همراه دارد.

نظری می‌گوید که امکان مقاوم شدن فرد نسبت به آنتی هیستامین وجود ندارد؛ حتی ممکن است حساسیت فرد به اندازه‌ای قوی باشد که آنتی هیستامین نتواند آن را کنترل کند این به معنای عادت کردن و اعتیاد به دارو نیست بلکه علائم حساسیت تعیین‌کننده میزان مصرف دارو است.

#### گلودرد عفونی یا حساسیت؟

ممکن است عفونت‌ها با آلرژی اشتباه گرفته و در اینگونه موارد نباید از آنتی بیوتیک استفاده شود زیرا بسیاری از گلودردها منشأ حساسیت دارد.

دوری از ماده حساسیت‌زا و رعایت مسائل بهداشتی در جلوگیری از ابتلای شخص به حساسیت بسیار مهم است بنابراین کسانی که به هوای آلوده، پارک و باغ حساسیت دارند بهتر است از ماسک استفاده کرده و در هنگام وزش باد از قرار گرفتن در محیط دوری کنند.

بیشتر: سلامت نیوز (تندرستی): تغذیه: بخور و نخور های حساسیت:::