

”Ach te pyłki – jak rozpoznać czy to już alergia czy to zwykły katar”



ALERGIA to uczulenie lub nadwrażliwość, zmieniona reakcja tkanek na obce substancje (alergeny). Powoduje reakcję immunologiczną , powstają przeciwciała, które następnie doprowadzają do stanu zapalnego.

Objawy alergii:

- nawracający katar, zatkany nos, kichanie,
- zapalenie spojówek (przekrwione spojówki, łzawiące, niekiedy opuchnięte oczy),
- suchy, męczący kaszel (bez cech ostrej infekcji),
- drapanie w gardle, duszność,
- swędzące zmiany skórne,
- nawrotowe infekcje górnych dróg oddechowych,
- bóle głowy, zmęczenie,
- spadek koncentracji, ogólne rozdrażnienie i zmęczenie,
- zagrażający życiu wstrząs anafilaktyczny.

Spotykamy **alergiczne lub sezonowe zapalenie błony śluzowej nosa** - reakcja organizmu na alergen, głównie pyłki roślin – alergiczny nieżyt nosa, katar sienny. Może wystąpić również pod postacią zapalenia spojówek wraz z dolegliwościami towarzyszącymi, jak napady astmy oskrzelowej, alergiczne reakcje skóry lub układu pokarmowego.

Alergiczny nieżyt nosa występuje zarówno u niemowląt, jak i u dzieci starszych. W zależności, jak długo utrzymują się objawy wyróżniamy dwa podstawowe rodzaje schorzenia:

- okresowy nieżyt nosa (sezonowy, ostry, okazjonalny)
- przewlekły nieżyt nosa (całoroczny, przetrwały, długotrwały).

Czym różni się alergiczny nieżyt nosa od przeziębienia?

- Alergia (np. na pyłki): pojawia się nagle, często sezonowo, bez gorączki. Charakterystyczne objawy to:
 - wodnisty katar,
 - kichanie seriami,
 - swędzenie nosa, oczu, gardła,
 - łzawienie i zaczerwienienie oczu.
- Zwykły katar (przeziębienie):
 - pojawia się kilka dni po kontakcie z wirusem,
 - katar początkowo wodnisty, potem gęstnieje,
 - mogą wystąpić gorączka, ból gardła, ogólne osłabienie,
 - objawy mijają po kilku dniach.

Sezonowość i czas trwania objawów

- Alergia: objawy mogą utrzymywać się przez tygodnie lub miesiące – cały sezon pylenia.
- Przeziębienie: trwa zwykle 5–10 dni.

Sprawdź kalendarz pylenia

Wiosna to czas pylenia drzew (brzoza, olcha, leszczyna), latem dochodzą trawy i chwasty. Jeśli co roku o tej samej porze „dziecko łapie katar” – to może być alergia.

Wdychany alergen to najczęściej: pyłki drzew, traw, zbóż, chwastów kurz, pleśń, grzyby. Sezonowy nieżyt nosa pokrywa się z kalendarzem pylenia poszczególnych gatunków roślin, trwa właściwie od końca lutego do późnej jesieni.

Co zrobić, żeby się upewnić?

- Obserwuj, czy objawy pojawiają się na dworze i łagodnieją w zamkniętych pomieszczeniach.
- Można wykonać testy alergiczne (np. skórne lub z krwi).
- Skonsultuj się z alergologiem – pomoże ustalić przyczynę i dobrać leczenie.

Leczenie i profilaktyka

- Alergia: leki przeciwhistaminowe, aerozole do nosa, czasem immunoterapia.
- Katar infekcyjny: leczenie objawowe – odpoczynek, nawadnianie, leki przeciwzapalne.

Jak pomóc dziecku w walce z alergią?

Najważniejsze w walce z alergią na pyłki u dzieci jest skonsultowanie się z lekarzem specjalistą i bezwzględne stosowanie się do jego wytycznych. Jednocześnie trzeba pamiętać, że to nie jest problem, który zawsze znika po upływie okresu pylenia. Katar sienny może przejść w całoroczny katar alergiczny, który wywołują m.in. roztocza kurzu domowego czy sierść

zwierząt. Osłabiony przez alergię młody organizm staje się również znacznie bardziej podatny na infekcje - zarówno wirusowe, jak i bakteryjne.

Jeśli twój maluch zmaga się z alergią, bardzo ważne jest zadbanie o odpowiednie warunki w domu - czystość, właściwą temperaturę i wilgotność. To istotne, by w otaczającym je powietrzu unosiło się jak najmniej drażniących układ oddechowy zanieczyszczeń. Dlatego dobrym rozwiązaniem okazuje się oczyszczacz powietrza.

Pamiętaj!!!

Katar alergiczny u dzieci jest najczęściej objawem nieleczonej alergii wziewnej.

Autorzy :

Opiekunki z Miejskiego Żłobka

Nr 2 w Rybniku z grupy „Raczki”

razem z położną z Miejskiego Żłobka Nr 2