

Koniec zimy: sprawdź czy masz alergię

Według specjalistów już prawie 40 proc. polskiego społeczeństwa choruje na różne alergię. Najczęściej jest to alergię oczu, na którą cierpi 20 proc. Polaków

Alergiczne zapalenie spojówek występuje samodzielnie lub z inną alergią, a jej objawy są wyjątkowo uciążliwe. –Łzawienie, świąd oczu, obrzęk spojówki to tylko niektóre dolegliwości występujące przy alergiach oczu– mówi dr Iwona Filipecka z bielskiej Kliniki Okulus, specjalizującej się w diagnostyce okulistycznej. Istnieje kilka rodzajów alergii oczu. –Najwięcej pacjentów cierpi na sezonowe zapalenie spojówek (SAC), wywoływane przez pyłki, grzyby i alergeny zwierzęce. Ta postać, często występuje wraz z zapaleniem błony śluzowej nosa. SAC zwykle ujawnia się przed lub w okresie dojrzewania– mówi dr Filipecka z Kliniki Okulus. Wielu Polaków dotyczy również problem wiosennego zapalenia spojówki i rogówki, tzw. VKC. Jest to przewlekły stan, rozwijający się najczęściej u chłopców między 5 a 25 rokiem życia. Nasila się w okresie wiosennym i może powodować uszkodzenia rogówki. –U 75% pacjentów z VKC dodatkowo występuje astma i wyprysk alergiczny. Na wiosenne zapalenia spojówki często choruje cała rodzina – mówi dr Iwona Filipecka. Koniec zimy to idealny okres na wykonywanie testów alergicznych. W powietrzu nie ma jeszcze uczulających pyłków. –Znajomość kalendarza pylenia oraz włączenie olopatadyny przynajmniej na 2 tygodnie przed pojawieniem się alergenu zapobiega wystąpieniu alergii lub znacznie łagodzi jej przebieg– mówi dr Iwona Filipecka.

Dziedziczny problem

Z roku na rok, przybywa alergików. W ciągu ostatnich dziesięciu lat, ich liczba zwiększyła się dwukrotnie. Najgorzej jest w dużych miastach, jak Warszawa, Kraków, Poznań czy Katowice. W powietrzu unosi się coraz więcej alergenów a ludzie są coraz mniej odporni. Skłonność do reakcji alergicznych zapisana jest w genach. Jeśli jedno z rodziców ma (lub miało w dzieciństwie) alergię, to prawdopodobieństwo, że dziecko ją odziedziczy wynosi 30-40 proc., a gdy skłonność do uczuleń dotyczy obojga rodziców, ryzyko przekazania go dziecku wzrasta do 60-70 proc. Jednak dziedziczona jest jedynie sama skłonność do alergii, a nie konkretna jej postać czy nadwrażliwość na dany alergen, zatem dzieci alergików wcale nie muszą reagować uczuleniem na to samo co ich rodzice. Alergiczne zapalenie spojówek jest często lekceważone i traktowane jako banalna choroba. Jednak specjaliści przestrzegają. –Alergiczne zapalenie spojówek, zwłaszcza typu sezonowego, nawet na kilka lat może wyprzedzać wystąpienie innych chorób uczuleniowych. Nieleczona alergię, może doprowadzić w niektórych przypadkach do poważnego uszkodzenia wzroku– mówi dr Iwona Filipecka.

Jak pomóc oczom w walce z alergią, radzi dr Iwona Filipecka z Kliniki Okulus:

- Zmień ubranie po kontakcie z alergenem (np. po zabawie z psem)
- Nie pocieraj oczu. To rozszerza naczynia krwionośne i alergen łatwiej przenika
- Regularnie czyść klimatyzację w domu i samochodzie
- Książki trzymaj w zamkniętych szafkach
- Zamień zasłony na łatwo zmywalne rolety lub żaluzje
- W okresie intensywnego pylenia, ogranicz wychodzenie z domu rano i wczesnym wieczorem
- Jeśli dziecko jest alergikiem, zrezygnuj z kupowania pluszowych zabawek

