

Az allergiás betegségek kezelése

Allergénmentesítés:

Otthon a lakásban:	<p>pollenallergia esetén az ablakokat napközben zárva kell tartani, csak hajnalban szellőztessen (akkor a legkisebb a pollen koncentráció a levegőben)</p> <p>ne használjon ventilátort a lakásban.</p> <p>használjon pollenszűrős légkondicionáló készüléket – rendszeresen tisztítsa!</p> <p>A levegő páratartalma legyen 50 % alatt, hogy megakadályozza a penészgombák elszaporodását.</p> <p>háziállatokat tartsa a lakáson kívül, ha ez nem megoldható, akkor a hálószobába ne engedje be őket.</p> <p>kerülje azokat a helyeket, ahol a penészgomba nagyobb koncentrációban fordulhat elő. (pl. pince, garázs, komposztároló,)</p> <p>használjon páramentesítőt olyan helyeken, ahol penészgombák gyűlhetnek.</p> <p>ruháit rendszeresen szellőztesse</p> <p>zuhanytálcát, fürdőkádát penészgomba mentesítővel kezelje rendszeresen</p> <p>ne tartson túl sok olyan szobanövényt, amelyeken a penészgomba megtelepedhet</p> <p>ágyneműjét mossa hetente forró vízben</p> <p>takarítás közben használjon kesztyűt, maszkot.</p> <p>takarókat, lepedőket vigye tisztítóba, ne rázza!</p> <p>padlószőnyeg helyett alkalmazzon parkettát.</p> <p>ne használjon vastag, hosszú függönyöket</p> <p>főzéskor használjon elszívót</p>
Autóban:	<p>tartsa zárva az ablakokat, használjon belső keringetésű légkondicionáló berendezést.</p> <p>ne dohányozzon az autóban</p>
Szabadban:	<p>ne sétáljon a virágos, füves réten</p> <p>szeles száraz időben ne menjen sokat szabadba-ilyenkor a legmagasabb a pollen koncentráció</p> <p>extrém hőmérsékletingadozásokat lehetőleg kerülje</p> <p>fűnyírás</p> <p>kertészkedés közben viseljen maszkot</p> <p>hazatérés után zuhanyozzon le és mossa meg a haját, vegyen fel tiszta ruhát</p> <p>ruháit ne a szabadban szárítsa a pollenszezonban</p> <p>Pollenallergiás beteg keveset fusson és kerékpározzon szabadban a nyári időszakban</p>
Utazás:	<p>szokásos gyógyszereit vigye magával</p> <p>sürgősségi gyógyszereket vigyen magával</p>
Étkezés:	<p>táplálékallergia esetén kerülje az olyan ételeket, amelyek az Önnek allergén anyagokat tartalmaznak.</p> <p>Kérdezzen rá az ételek pontos összetételére és elkészítési módjára.</p>
Iskolában:	<p>a gyermek allergiájáról tájékoztassa a tanárokat</p> <p>ételallergia esetén beszélje meg az iskolában a diétás lehetőségeket</p> <p>tájékoztassa a tanárokat a gyermeke gyógyszereiről, a kezelési lehetőségekről, a sürgősségi teendőkről.</p> <p>Asthmás gyermeknek javasolt a gyógyúszás, nem kell a testmozgás alól felmentetni.</p>

Az allergiás betegségek gyógyszerelése

Az allergiát betegségek gyógyszerei:

	Leírás	Hatások
Antihisztaminok	Az antihisztaminokat évtizedek óta alkalmazzuk az allergiás betegségek kezelésére. Többféle kisserelésben, formában kaphatók, tablettá, orrspray, injekciók, szemcsepp, kenőcsök. A beteg panaszai és tünetei döntik el, hogy melyiket alkalmazzuk.	Amikor a szervezet az allergénnel találkozik, az allergén aktiválja az immunrendszerünket. Kémiai anyagok szabadulnak fel, pl . a hisztamin, ami beindítja a tünetek kialakulását. Az antihisztaminok a hisztamin-receptorokat blokkolják, ezáltal a tünetek nem tudnak kialakulni. Mellékhatásuk leggyakrabban az álmoság, bágyadtság, mely főleg az első generációs antihisztaminokra jellemző. A modernebb, 2. generációs gyógyszereknél ez a hatás elhanyagolható, de egyéni eltérések természetesen lehetnek.
Nyálkahártyalohasztók	Ezek a gyógyszerek csökkentik az orrdugulást. Kaphatók orrcsepp, vagy tablettá formájában. Hátrányuk, hogy csak rövid ideig hatnak, és alkalmazásunk 4-5 napnál tovább nem javasolt hozzászokás és függőség kialakulása miatt.	Allergiás gyulladás során a nyálkahártyában futó erek kitágulnak, fokozottan választanak el váladékot. Ezek a szerek az erek összehúzásán keresztül érik el, hogy a duzzanat és a váladékozás csökkenjen. Mellékhatásként emelik a vérnyomást, zöldhályogban (glaukóma) nem javasoltak. Emellett szívdobogásérzést, álmatlanságot, zavartságot idézhetnek elő, természetesen nagyobb adagban.
Kombinált készítmények:	Az előzőek mellett vannak a kettő kombinációját tartalmazó gyógyszerek is.	Hatásuk is kombinált, ami a jobb terápiás hatást segíti elő.
Szteroidok:	Jelen tudásunk szerint a szteroidok csökkentik a legnagyobb mértékben és leghatékonyabban az allergiás gyulladást. Megelőzik és megszüntetik az orrdugulást, orrfolyást, tüsszögést és viszketést. Kaphatók orrspray, szemcsepp, kenőcs, valamint tablettás injekciós formában is, de utóbbiakban korlátozottan alkalmazzuk mellékhatásaik miatt.	Hatásukat nem azonnal fejtik ki, hanem a kezelés megkezdése után néhány nappal alakul ki a hatás, és rendszeres használatnál jó hatású. Mellékhatások- melyeket a tablettás és injekciós formák esetében tapasztalunk elsősorban: Súlygyarapodás, folyadék-visszatartás, magas vérnyomás,A belélegezhető- un. Inhalációs szteroidok pedig nem megfelelő szájjöblítés után szájjüregi gombás fertőzést válthatnak ki. Hosszabb ideig való alkalmazás után cukorbetegség, szürkehályog, magas vérnyomás csontritkulás, izomgyengeség, gyerekeknél növekedésben való elmaradás.
Hörgőtágítók:	Az asthma kezelésében használt alapgyógyszerek. Rövid és hosszú hatásúakat	A hosszú hatású formák 12 órán át biztosítják az átjárható légutakat. Hatásuk: ellazítják a hörgők

	különböztetünk meg, valamint legújabban a hosszú hatású formákat inhalációs szteroiddal kombinált formában is kifejlesztették. Ez utóbbiakban a hatása kisebb hatóanyag-tartalom mellett jobb, mint egymagukban adva.	körüli izmokat, segítik a levegő áramlását, a hörgőkben pangó váladék kiürülését. Asthmás rohamban 1-2 puff adása már jó hatást ad. Okoznak. Mellékhatásként – túlادagolva szívdobogásérzést, remegést és vérnyomás-emelkedést.
Hízósejt stabilizátorok:	A légutak enyhe és középsúlyos gyulladásaiban alkalmazhatók. Megelőzhető velük a terhelés indukálta asthmás roham, illetve az allergén okozta asthmában is jó hatásúak. Hetekig is használni kell azonban a hatás kialakulásáig.	Pontos hatásmechanizmusuk nem ismert. Mellékhatásaik a garat irritációja, kellemetlen ízérzés alakulhat ki.
Leukotrien antagonisták:	Az asthmás és szénanáthás betegek kezelésére is használható, újabb kifejlesztésű gyógyszerek. Az asthmás reakció kialakulásában, a leukotrienek képződési folyamatába avatkozik bele, így más úton próbálja az asthmás gyulladást megakadályozni, mint az eddig ismertetett gyógyszerek. Széles körű elterjedésének jelenleg a legnagyobb gátat a magas ára szabja.	Mellékhatásai: Gyomorfájdalom, szívszorítás, láz, orrdugulás, köhögés, bőrvörösség és fejfájás.
Immunoterápia	Elsősorban olyan fiatalok esetében alkalmazható, ahol kevés számú allergén okozza a betegséget. Ha az immunterápia indokolt, a beteggel a lehetséges eredményt, az esetleges szövődményeket pontosan meg kell beszélni.	Immunterápiát csak megfelelő tárgyi és személyi feltételek birtokában szabad végezni.