

چيست؟ آلرژی



آموزش همگانی
بیماریهای تنفسی
شماره ۸



دانشگاه علوم پزشکی
خدمات بهداشتی بر مبنای
شواهد مبتنی

چگونه می توان از آلرژن ها پرهیز کرد؟

قدم اول در پیشگیری از آلرژی پرهیز از آلرژن است ولی عملاً خوردن آری از تماس با آلرژن مشکل می باشد. برای کاهش آلرژن های خانگی باید فضای خانه به طور مرتب گردگیری و نظافت شود تا سبب کاهش تعداد شود از طرف دیگر هوای تازه و کاستن از رطوبت منزل نیز در بهبود علائم آلرژی موثر است.



در کسانی که آلرژی به گرده گیاهان دارند استفاده از عینک آفتابی و یا بستن پنجره ها و اجتناب از فضای باز گیاهی به خصوص در عصر و شب که گرده گیاهان پخش می باشد کمک کننده است.

اگر آلرژی شدید در برابر پشم گربه و یا سگ وجود دارد باید از تماس با این حیوانات خودداری شود و حیوانات خانگی در خارج از منزل نگهداری شوند. به طور کلی مهمترین مساله در درمان انواع مختلف آلرژی، شناسایی عوامل تشدیدکننده و پرهیز از آنهاست.



تهران، خیابان شهید بهشتی (شاوران)، دارآباد،
کدپستی: ۱۹۵۹۹ صندوق پستی: ۱۹۵۷۵/۱۵۲
تلفن: ۰۲۸۳۳۵۰۰۴ فاکس: ۰۲۸۳۳۵۰۰۳ - ۲۲۹۱۲۰۳
پست الکترونیک: info@nriid.ac.ir
<http://www.nriid.ac.ir>

علامه آسم در طول سال و به دنبال تماس با آلرژن های مختلف از قبیل آلرژن های خانگی، فصلی و یا گرده گیاهان تشدید می یابد.

گرچه بروز آلرژی به عوامل مختلفی از قبیل مسایل ژنتیکی و عوامل محیطی بستگی دارد ولی تماس با آلرژن های موجود در محیط فرد را مستعد به ایجاد بیماری های آلرژیک مختلف از قبیل تب یونجه، آسم و آلرژی پوستی می کند. از طرفی بیماری تب یونجه زمینه ای برای ایجاد سینوزیت، اوتیت (التهاب گوش میانی) و پولپ بینی است. در کودکان تب یونجه منجر به کاهش میزان خواب، کاهش تمرکز و اشکال در یادگیری کودک می شود.

تشخیص آلرژی

پزشک با گرفتن تاریخچه دقیق و توجه به نحوه زندگی، شغل و بررسی علائم بالینی می تواند فرد را راهنمایی نماید. گرچه تشخیص بعضی از انواع آلرژی ها به سادگی امکان پذیر نمی باشد. در این موارد جهت تأیید تشخیص نیاز به انجام آزمایشات خاصی توسط پزشک می باشد.



شاخصی پوست انسان تقذیه می کنند. این آلرژن در لایه ای فرش ها و رختخواب و وسایل منزل وجود دارد و در شرایط محیطی گرم و مرطوب رشد فزاینده ای پیدا می کند. از علل دیگر آلرژی در طول سال حساسیت به پشم حیوانات از قبیل پشم گربه و سگ و پرندگان است. افرادی که با پرندگان سرو کار دارند به فرمی از آلرژی مبتلا می شوند که موجب درگیری کیسه های هوایی در ریه ها می گردد.

تماس با گرده های گیاهان در فصول خاصی از سال موجب ایجاد علائم آلرژی در افراد مستعد می شود.

اثرات آلرژن ها در انسان

به طور کلی شایع ترین بیماری آلرژیک، تب یونجه ناشی از تماس با گرده گیاهان است. آلرژی حاصل از گرده های گیاهی غالباً از دوران کودکی، بلوغ و نوجوانی دیده می شود ولی در سایر گروه های سنی نیز احتمال وقوع آن وجود دارد.

علائم حاصل از آلرژی گیاهی شامل: عطسه، سرفه، احتقان و ترشح بینی، خارش و سوزش چشم ها و بینی و یا بروز مشکلات تنفسی است. اکثر این علائم پس از استفاده منظم از داروهای نظیر اسپری و یا قرص، بهبودی نسبی پیدا می کنند.

آلرژی گاهی منجر به ایجاد آسم می شود. آسم بیماری شایعی است که با مشکل در بازدم و احساس گرفتگی در قفسه سینه همراه است. آسم هر سنی را ممکن است درگیر کند ولی در سنین جوانی و میانسالی شایع تر است.

آلرژی چیست؟

آلرژی حالت حساسیت زیاده از حدی است که به طور اکتسابی در اثر برخورد و یا مصرف مواد خاص در شخص پیدا می شود. اصطلاحاً این فرد، «آلرژی» به آن ماده دارد و چنین حالتی را «واکنش آلرژیک» می نامند.

واکنش آلرژیک به صورت مختلف تظاهر می کند که شامل عطسه، خارش، آبریزش بینی و چشم، مشکلات تنفسی و یا پوستی است.

ماده ای که منجر به ایجاد واکنش می گردد را «آلرژن» می نامند. آلرژن های شایع که در محیط اطراف ما وجود دارند شامل: گرده و غبار، ذرات پشم و پر، انواع رنگها، گرده گیاهان و بعضی از ترکیبات غذایی می باشد. شیوع آلرژی در ۲۰ تا ۳۰ درصد مردم می باشد و انتقال آن به صورت فامیلی است. گرچه کلیه افرادی که استعداد بروز آلرژی را دارند دچار علائم بالینی نمی شوند. ۲۰ درصد مردم حداقل به یک آلرژن موجود در هوا واکنش حساسیتی نشان می دهند. هر چه میزان آلرژن محیط بیشتر باشد آلرژی در سنین پایین تر بروز می کند.

آلرژی های شایع

بعضی از آلرژی ها در تمام طول سال مشکلات ایجاد می کنند و



عده ای در فصول خاصی از سال، علائم بیماری را بروز می کنند. شایع ترین عامل آلرژی در طول سال تماس با حشره و یا نایت گرد و غبار منزل است که مشکل سازترین آلرژن در گرد و غبار محسوب می شود. این موجودات ریز از پوسته ها و اجزا سلول های