

Uciążliwa wiosna - alergia w ataku

Większość ludzi uwielbia wiosenne miesiące. Przyroda budzi się do życia, wszystko ładnie zaczyna kwitnąć, pachnie kwiatami, jest cieplej i weselej na dworze. Jednak nie wszyscy cieszą się nadejściem wiosny. Dla alergików jest to pora ataku wszelkiego rodzaju alergenów, m.in. pyłków traw i drzew. Już nawet pojawiło się hasło „alergia wiosenna”, które sygnalizuje, że miesiące takie jak marzec, kwiecień czy maj należą do najgroźniejszych dla alergików. Alergia i wiosna to nie jest dobre połączenie.

Alergia wiosenna - jak przygotować się do ataku

Jeśli poprzedniej wiosny zauważyliśmy niepokojące objawy i nie mieliśmy czasu wykonać testów alergicznych, to przed nadejściem kolejnych wiosennych miesięcy powinniśmy się zgłosić do alergologa i znaleźć chwilę czasu na wykonanie testów. Wiadomo - idzie wiosna, idzie alergia, tego nie powstrzymamy. Jednak możemy złagodzić skutki wiosennego uczulenia, np. zastosować immunoterapię. W przypadku szczepionek odczulających trzeba pamiętać, że marzec jest złym miesiącem rozpoczęcia terapii. Już w okresie zimy powinniśmy się przygotować na alergię wiosenną. Szczepionki odczulające warto zastosować przed okresem pylenia, czyli jeszcze w styczniu bądź lutym. Dlatego warto wykonać test w kierunku alergii przed nastaniem wiosny. Terapię należy zakończyć przed okresem pylenia. W ten sposób, kiedy nastanie marzec, kwiecień i maj to alergia wziewna spowoduje mniej dolegliwości.

Zobacz więcej: Jak przebiegają testy alergiczne

http://www.jaalergik.pl/jak-przebiegaja-testy-alergiczne-czesc-1-_aktualnosci-tresc_50.html

Alergia i wiosna - marzec, kwiecień, maj

Objawy kataru siennego, czyli kichanie, świąd, przekrwienie śluzówki nosa, kaszel poranny i bóle głowy, zaczynają się pojawiać zwykle pod koniec marca lub na początku kwietnia. Początkowo przypominają przeziębienie, ale alergicy wiedzą, że marzec i kwiecień oznaczają rozpoczęcie sezonu kataru siennego. Alergia wziewna daje o sobie znać i dla alergików wiosna bywa bardzo uciążliwa. Media zdają sobie sprawę z istnienia czegoś takiego jak alergia wiosenna, więc marzec, kwiecień i maj są miesiącami, w których rozgłośnie radiowe i prezenterzy pogody w telewizji zaczynają podawać komunikaty na temat stężenia pyłków i zarodników pleśni.

Zobacz więcej: kalendarz pylenia

<http://www.jaalergik.pl/kalendarz-pylenia.html>

Alergia i wiosna - przegląd alergenów: MARZEC

Początek wiosny oznacza pylenie drzew. W marcu królują olsza i leszczyna, które zaliczają się do grupy o dużym zagrożeniu dla alergików. Anomalie pogodowe takie jak ciepłe i słoneczne dni w styczniu mogą przyspieszyć pylenie tych drzew, więc ataku możemy się spodziewać już w lutym. Marzec również sprzyja rozprzestrzenianiu się zarodników przez pleśnie. Ciepłe dni wiosenne, duża wilgotność i brak opadów niestety sprzyjają emisji zarodników pleśni.

Alergia wiosenna - przegląd alergenów: KWIECIEŃ

Alergia wziewna na pyłki olszy i leszczyny już nie jest taka groźna. Kwiecień to miesiąc zakończenia pylenia tych drzew, ale przez jakiś czas w powietrzu mogą się unosić ich pyłki. Kwiecień jest uciążliwy dla osób uczulonych na pyłek brzozy, który również uznawany jest za niebezpieczny. Warto pamiętać, że brzoza pyli w godzinach popołudniowych. W tym miesiącu występuje duże stężenie zarodników pleśni.

Alergia i wiosna - przegląd alergenów: MAJ

Alergia na brzozę już mniej dokucza w maju, ponieważ kończy ona pylenie. Za to w powietrzu zaczyna unosić się pyłek babki oraz traw. W maju zwiększa się aktywność zarodników pleśni i to one stanowią największe zagrożenie. W maju pojawiają się również mniej groźne, pyłki sosny, szczawiu i pokrzywy.

Na szczęście wiosna to nie tylko wszechobecne pyłki, ale również deszcze, które przynoszą ulgę alergikom. Oczyszczają one powietrze z alergenów, więc po wiosennym deszczu można spokojnie wybrać się na spacer.

Ewa Kuchta
Redakcja portalu www.jaallergik.pl

Artykuł zamieszczony w ramach akcji informacyjnej „Nie daj się alergii”.
Więcej na temat akcji:
www.jaallergik.pl/akcja_strona_101.html