

# **ALERGIJA - BOLEST SAVREMENOG DOBA**

Postoji veliki broj materija – alergena iz spoljne sredine sposobnih da izazovu preosetljivost, pa je samim tim i broj bolesti preosetljivosti različit i veliki. Svaki dodir sa istim alergenom dovodi do ponovnog ispoljavanja ove preosetljivosti. Najčešći kontakt sa alergenom ostvaruje se preko sluznice, udisanjem, ili digestijom, kao i preko kože direktnim kontaktom. Alergijska reakcija, a time i alergijska bolest, nastaju na mestu kontakta alergena sa organizmom, tj. na sluznicama i na koži, ali mogu da zahvate ceo organizam i da dovedu do ozbiljnih posledica, ako se zanemare.

U sezoni cvetanja, prvo se pojavljuje polen drveća, i to u rano proleće, već krajem februara, pa sve do sredine aprila.

Najzastupljeniji u vazduhu u ovom periodu su polen breze, leske, ive, bele vrbe, oraha, kanadske topole i platana; njihova pojava u vazduhu u kritičnoj koncentraciji dovodi do nastanka sezonskog alergijskog rinitisa i/ili sezonske astme u rano proleće. Jedan od najalergogenijih polena drveća je polen breze.

## **Najčešće alergijske bolesti**

Alergijski konjunktivitis, alergijski rinitis i astma su najčešće alergijske bolesti disajnih puteva. Njihovo pojavljivanje, trajanje, kao i klinička manifestacija zavise od vrste alergena odgovornih za njihov nastanak. Simptomi alergija disajnih puteva su karakteristični i lako prepoznatljivi. Najčešće se manifestuju svrabom, peckanjem, suzenjem i crvenilom u očima, čestim kihanjem u serijama, uz obilnu vodenastu sekreciju iz nozdrva, svrabom nozdrva i čestom zapušenošću nozdrva koja predstavlja jedan od najtvrdokornijih simptoma alergija disajnih puteva. Kod određenog broja bolesnika, na ove simptome često se nadovezuju otežano disanje, stezanje i sviranje u grudima, suv kašalj, brzo zamaranje i napadi gušenja.

## **Prevenција je najefikasnije sredstvo borbe protiv alergija**

Strategija izbegavanja kontakta sa alergenima ima veliki značaj za sprečavanje alergija, ali je njena praktična primena često nemoguća. Kontakt sa alergenima iz spoljne sredine često je neizbežan. Ipak, primena pojedinih najjednostavnijih praktičnih mera može značajno da doprinese smanjenju simptoma alergija, naročito ako su one izazvane polenom. Treba voditi računa da se u slučaju preosetljivosti na polen, koji je prisutan u vazduhu, osobe ne zadržavaju predugo u prirodi, ali ako je to neophodno, po povratku kući treba se istuširati, a garderobu oprati. Prostorije treba provetravati kasno popodne i uveče, ili noću, a nikako u prepodnevni satima, naročito po vetrovitom i suvom vremenu, jer je tada koncentracija polena u vazduhu najveća.