

ΑΛΛΕΡΓΙΑ, ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΝΟΙΞΗ, ΚΑΙ ΤΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ ;

Κλασική εποχή αλλεργίας, όπως είναι γνωστό, είναι η άνοιξη λόγω της ανθοφορίας και της παραγωγής υπερβολικά μεγάλης ποσότητας γύρης. Παρ' όλο που οι περισσότεροι έχουν συνδέσει την εποχική αλλεργία με την άνοιξη, μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού υποφέρει ιδιαίτερα και το φθινόπωρο. Οι φθινοπωρινές αλλεργίες είναι εξίσου ενοχλητικές με αυτές της άνοιξης και παρά την χρονική διαφορά που τις χωρίζει, έχουν παρόμοια συμπτώματα και αρκετές κοινές αιτίες.

Αίτια

Η κύρια αιτία και στις αλλεργίες του φθινοπώρου, όπως και της άνοιξης, συνδέεται με την **γύρη**. Το φθινόπωρο ωστόσο, που τα λουλούδια δεν ανθίζουν και η γύρη δεν κινείται τόσο πολύ όσο την άνοιξη, την κύρια ευθύνη για την έξαρση των αλλεργιών την έχουν τα **αγριόχορτα** (πχ **περδικάκι**). Παρόλο που τα αγριόχορτα ανθίζουν κυρίως τον Αύγουστο, η αναπαραγωγή τους και η παραγωγή της γύρης διαρκεί ως τον Σεπτέμβριο και τον Οκτώβριο. Τα τρία τέταρτα των ανθρώπων που είναι αλλεργικοί στα ανοιξιάτικα φυτά είναι αλλεργικοί και στα αγριόχορτα. Η αλλεργία στα αγριόχορτα δεν είναι σπάνιο να συνυπάρχει με αλλεργία στη μπανάνα, το πεπόνι και σε άλλα φρούτα και λαχανικά.

Επιπλέον οι ισχυροί **άνεμοι** που παρουσιάζονται αυτή την εποχή μπορεί να επιδεινώνουν τα συμπτώματα των αλλεργικών ατόμων λόγω της διασποράς της γύρης.

Η **επιστροφή στο σχολείο** πυροδοτεί τις φθινοπωρινές αλλεργίες στα παιδιά λόγω των ακάρεων της οικιακής σκόνης και των μυκήτων που υπάρχουν πιο συχνά στα σχολεία.

Τα **ακάρεα** ευδοκούν μέσα στη σκόνη των κτιρίων, η ύπαρξη τους μάλιστα δεν εξαρτάται από το πόσο καθαρός είναι ο χώρος. Η σχετικά υψηλή θερμοκρασία και η υγρασία είναι οι πλέον κατάλληλες συνθήκες για να αναπτυχθούν. Οι σχολικές αίθουσες διδασκαλίας που έχουν παραμείνει για πολύ καιρό κλειστές, όπως και τα χαλιά ή μοκέτες, τα στρώματα, οι κουρτίνες, τα χνουδωτά παιδικά παιχνίδια των σπιτιών αποτελούν κατάλληλο περιβάλλον για την ανάπτυξη των ακάρεων.

ΑΒΟΥΡΗΣ Ν. ΙΩΑΝΝΗΣ ΩΡΛ –

Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος

Τηλ: 210 41 30 589

www.orl-peiraias.gr

Βασιλέως Γεωργίου Β' 8 & Βούλγαρη, Τ.Κ. 185 34, Πειραιάς

Ο καιρός που σταδιακά ψυχραίνει, τα πρωτοβρόχια, η επιστροφή στο σχολείο και τα διαβάσματα αυξάνουν τις ώρες παραμονής μέσα στο σπίτι και στο σχολείο άρα και στην έκθεση στα ακάρεα.

Άλλο αίτιο των φθινοπωρινών αλλεργιών είναι οι μύκητες. **Μύκητες** αναπτύσσονται σε κλειστούς, μη καλώς αεριζόμενους χώρους, όπου υπάρχει υγρασία : σχολικές αίθουσες αφού έχουν παραμείνει κλειστές για μεγάλο χρονικό διάστημα, υπόγεια, αποθήκες αλλά και χώροι με αυξημένη υγρασία (μπάνια σπιτιού). Επίσης οι μύκητες του περιβάλλοντος (εξωτερικοί χώροι) αυξάνονται το φθινόπωρο (ειδικά με την υγρασία, πεσμένα νωπά φύλλα), οι οποίοι με τον αέρα μπορεί να εισέρχονται μέσα στα κτίρια. Ως αποτέλεσμα έχουμε αύξηση των μυκήτων μετά την βροχή και μέσα στα κτίρια. Οι μύκητες κυρίως ενοχοποιούνται για την αύξηση των κρίσεων άσθματος.

Το φθινόπωρο επίσης η **χαμηλή θερμοκρασία** μπορεί να τροφοδοτήσει διάφορες αλλεργικές δερματοπάθειες

Συμπτώματα

- Καταρροή - συνάχι
- φτερνίσματα
- Ρινική συμφόρηση
- Βουρκωμένα μάτια
- Κνησμός στη μύτη και στα μάτια
- Μαύροι κύκλοι κάτω από τα μάτια
- Βήχας
- Άσθμα
- Κνίδωση εκ ψύχους : εξάνθημα με κνησμό μετά από έκθεση σε ψύχος

ΑΒΟΥΡΗΣ Ν. ΙΩΑΝΝΗΣ ΩΡΛ –

Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος

Τηλ: 210 41 30 589

www.orl-peiraias.gr

Βασιλέως Γεωργίου Β' 8 & Βούλγαρη, Τ.Κ. 185 34, Πειραιάς

Αντιμετώπιση

Προληπτικά μέτρα

- Αποφυγή υπεύθυνου αλλεργιογόνου εφόσον είναι γνωστό και είναι εφικτό
- Παραμονή σε κλειστό χώρο τις ώρες (10.00-15.00) που η γύρη παρουσιάζει αυξημένη συγκέντρωση στην ατμόσφαιρα.
- Καλός αερισμός κλειστών χώρων, συχνό γενικό καθάρισμα
- Πριν την ενεργοποίηση της θέρμανσης, καλός καθαρισμός των σωμάτων και αλλαγή των φίλτρων των κλιματιστικών.
- Χρήση μάσκας κατά την διάρκεια καθαρισμού αυλής ή υπόγειων χώρων.

Φαρμακευτική αγωγή

Ποικιλία φαρμάκων μπορούν να βοηθήσουν στην ύφεση ή και την εξαφάνιση των συμπτωμάτων. **Κορτικοειδή – αντιισταμινικά – αποσυμφορητικά τοπικής ή συστηματικής χρήσης**, Ο ειδικός ιατρός θα αποφασίσει ποιο είναι το κατάλληλο. Μέθοδοι συμπληρωματικής ιατρικής (**βελονισμός**) μπορούν να βοηθήσουν. **Ανοσοθεραπεία ή απευαισθητοποίηση** είναι χρήσιμη για περιπτώσεις με βαριά συμπτωματολογία που δεν ανταποκρίνεται στη λουπή φαρμακευτική αγωγή.

ΑΒΟΥΡΗΣ Ν. ΙΩΑΝΝΗΣ ΩΡΛ –

Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος

Τηλ: 210 41 30 589

www.orl-peiraias.gr

Βασιλέως Γεωργίου Β' 8 & Βούλγαρη, Τ.Κ. 185 34, Πειραιάς