

Современное название недуга - поллиноз (от английского pollen – пыльца) давно и прочно вошло в наш лексикон. И это ни от любви ко всему англоязычному, а от осознания факта существования проблемы. За последние 20 лет заболеваемость населения поллинозом увеличилась в 3-4 раза и охватила (в зависимости от места проживания) от 10% до 30% населения.

Поллиноз – аллергическое заболевание, вызванное пылью растений и характеризующееся острыми воспалительными процессами в слизистых оболочках, главным образом дыхательных путей и глаз. Имеет четко повторяющуюся сезонность, совпадающую с периодом пыления растений.

Сезонность поллинозов

Аллергологи различают 3 сезонных периода обострения поллиноза и четко соответствующих им 3 пиковых всплеска показателей заболеваемости: **весенний – с середины апреля до конца мая**, связанный с цветением деревьев (береза, ольха и орешник); **летний – с начала июня до конца июля**, обусловленный пылью злаковых и луговых трав, **летне-осенний – с июля до октября**, связанный с пылением полыни, лебеды и амброзии. В Краснодарском крае по количеству "жертв" лидирует амброзия. Поллиноз может развиваться в любом возрасте. Замечено, что если болезнь начинается с детства, то чаще страдают мальчики, если в возрасте от 20 до 40 лет – женщины.

В 95% случаев поллиноз проявляется сочетанием конъюнктивита и ринита (аллергического насморка): зудом и покраснением век, ощущением песка в глазах, светобоязнью, слезотечением, чиханием, зудом в полости носа, обильными выделениями из носа, сменяющимися чувством заложенности носа. При тяжелом прогрессирующем течении поллиноза спустя 2-4 года у 13-50% больных развивается пылевая бронхиальная астма

Основные причины

1. Наследственность. С большой долей вероятности у родителей-аллергиков родится ребенок с предрасположенностью к такому же аллергену. Но предрасположенность – это еще не болезнь, важно не упустить время и согласовать с врачом-аллергологом диету, режим прививок, бытовые условия, возможность лекарственного лечения других заболеваний.

2. Экология. Амброзийный поллиноз обладает особой «агрессивностью»: пыльца, распространяясь с ветром в радиусе до **40 км (!)** и соединяясь с выхлопными газами, становится наиболее опасной. Каждый из нас способен внести личный вклад в дело оздоровления окружающей среды – всюду и везде уничтожать (вырывать с корнем) амброзию еще до начала цветения.

3. Питание. С каждым годом мы все ближе к западноевропейским стандартам, отказываясь от натуральных продуктов, с которыми «много возни», в пользу консервированных – открыл, разогрел и готово! А это чревато общей аллергизацией организма, ибо кроме пищи мы заглатываем пищевые добавки: консерванты, красители, искусственные заменители вкуса и запаха. По данным ВОЗ аллергия уже сейчас выходит на третье место по распространенности среди всех известных на сегодняшний день болезней и, по прогнозам специалистов, в наступившем веке аллергическим заболеваниям суждено отвоевать первенство у болезней сердечно-сосудистой системы.



4. Прививки. Вакцинопрофилактика – гениальное изобретение человечества в борьбе с инфекционными заболеваниями. Они позволяют выработать искусственный иммунитет, избежать многие болезни и смерти. С их помощью люди избавились от натуральной оспы, смогли победить дифтерию и полиомиелит. Вакцина, которая непременно будет изобретена, станет основным оружием против СПИДа. Однако вакцина, выполненная непрофессионально, на фоне какого либо заболевания, без учета эпидемиологических показаний (на всякий случай) может не укрепить, а снизить иммунитет.

5. Лекарственные препараты. Любое лекарство представляет из себя химическое соединение, вступающее в реакции с биологическими жидкостями организма. Нет ни одного из них способного работать только в "лечебной" зоне. Каждый лекарственный препарат обладает определенной мерой токсичности, имеет показания и противопоказания.



Однако лишь 30% посетителей аптек согласовывают свои покупки с лечащим врачом, остальные руководствуются своим опытом, советом близких, рекламной информацией. Далеко не каждая иммунная система способна выдержать, неграмотное «лечение». И не зря медики называют самолечение разновидностью хакарири.

6. Частые острые респираторно-вирусные инфекции. Вызывают их множество различных вирусов, которые с одной стороны ослабляют организм, а с другой – аллергизируют организм. Реально противостоять им помогут здоровый образ жизни, закаливание, активный двигательный режим.

7. Курение. Аллергологи каждому своему пациенту настоятельно рекомендуют оставить эту вредную привычку, в противном случае не дают никаких гарантий лечения. Чрезвычайно опасно так называемое «пассивное» курение. В доме, пропитанном табачным дымом, у родителей-аллергиков дети страдают аллергией в 100%.



Лечение поллинозов

Один из наиболее оправданных и широко используемых методов лечения поллиноза - специфическая иммунотерапия, эффективность которой достигает 80-90%. Суть метода заключается в подкожном введении возрастающих доз аллергена по специально разработанным схемам. Методику должны проводить только аллергологи в условиях аллергологического кабинета или стационара.

Лечение лекарственными средствами включает использование антигистаминных препаратов, наименование и курс лечения которыми должен определить врач-аллерголог. Известно, что некоторые из них обладают побочным снотворным или кардиотоксическим (изменяющим ритм сердечных сокращений) действием. Вследствие чего, самолечение не желательно.

Меры профилактики

В лечении поллинозов большое значение имеют меры предупреждающего характера:

- ✗ выезд в другую местность, где нет растений, пыльца которых вызывает развитие заболеваний;
- ✗ пребывание в помещениях, воздух которых очищен от пыли с помощью фильтров;
- ✗ отказ от загородных поездок и прогулок в период цветения растения;

✗ полоскание горла, душ и смена одежды по возвращении с улицы,

✗ ношение на улице плотно прилегающих к лицу очков;

✗ герметизация окон, закрытие форточек влажной марлей;

✗ езда в автомобиле с закрытыми окнами;

✗ отказ от лечения фитопрепаратами, применения растительных косметических средств (мыла, шампуней, бальзамов, кремов и т.п.);

✗ исключение из пищи продуктов, имеющих перекрестные антигенные свойства с причинными пыльцевыми аллергенами, например, при аллергии к пыльце деревьев запрещено употребление в пищу орехов, косточковых, моркови, киви и т.д.;



✗ воздержание от разведения цветущих растений в доме (особенно примулы и герани).

✗ не использовать различные раздражающие вещества, стиральные порошки, сильные моющие средства, растворители, бензин, клеи, лаки, краски, различные средства для чистки мебели, полов, ковров;

✗ избегать контакта кожи рук с растениями, а так же с соками овощей и фруктов;

✗ не носить грубую одежду, в особенности из шерсти или из синтетических материалов; отдавать предпочтение хлопчатобумажным тканям;

✗ избегать воздействия крайних значений температуры и влажности;

✗ избегать интенсивной физической нагрузки, как фактора, усиливающего потение и зуд;



✗ избегать стрессовых ситуаций.

Поллинозы – серьезная проблема вследствие большой распространенности, потенциальной возможности трансформации в более опасное аллергическое заболевание – бронхиальную астму, резкого снижения качества жизни, больших финансовых затрат на лечение. Обучение мерам профилактики поллиноза, психологической реабилитации и самоконтроля, своевременное обращение и квалифицированной медицинской помощи способны замедлить рост заболеваемости населения пыльцевой аллергией.

В Краснодаре квалифицированную консультацию врача-аллерголога можно получить (по направлению лечащего врача поликлиники по месту жительства):

1. В Краевом аллергологическом центре: ул. Речная, 8, телефон регистратуры **268-86-43**;

2. В городских аллергологических центрах: СКАЛ - ул. Красных Партизан, 6, телефон **222-28-26**; ул. Бургасская, 37, телефон **233-45-84**.



Пыльцевая аллергия