

Alergická rýma je v současné době velmi rozšířeným problémem, který postihuje značnou část populace. Její projevy mohou být velmi nenápadné, jejich intenzita může kolísat v průběhu roku podle momentální přítomnosti různých alergenů v prostředí, u mnoha lidí však může být v určité formě přítomna i celoročně.

CELOROČNÍ A SEZÓNÍ ALERGICKÁ RÝMA

Celoroční alergická rýma, která pacienty trápí bez ohledu na roční období, bývá způsobena alergeny z bytu. Mezi tyto alergeny nejčastěji patří roztoči z domácího prachu a alergeny domácích zvířat, nejčastěji koček. Alergeny jsou látky, které mohou u citlivých osob způsobit nežádoucí imunitní reakci, provázenou většími či menšími zdravotními potížemi.

Celoroční alergickou rýmu může způsobit i pracovní prostředí. Mohou jí tak trpět zaměstnanci v pekárnách, zemědělci nebo ošetřovatelé zvířat. S nebezpečnými alergeny přicházejí v práci do styku i chemici, lakýrníci, natěrači nebo malíři pokojů.

PŘÍZNAKY

Základním příznakem celoroční alergické rýmy je otok sliznice v nose. Pacient tak hůře dýchá přes nos a obtěžuje ho časté kýchání, a to i desetkrát až třicetkrát po sobě. Z nosu mu většinou teče čirý vodnatý výtok. Otok nosní sliznice zhoršuje i kouření, a to i pasivní. V bytě alergika by nikdo neměl kouřit!

Vzplanutí celoroční astmatické rýmy většinou nebývá tak náhlé a akutní jako u pylové rýmy. Onemocnění přesto pacienty velmi obtěžuje, protože je dlouhodobé. Opomenout nelze ani riziko vzniku astmatu.

POZOR NA NOSNÍ KAPKY, DLOUHODOBÉ POUŽÍVÁNÍ ŠKODÍ

Pacienti s celoroční alergickou rýmou by neměli nepřetržitě používat nosní kapky k uvolnění

dýchání. Alergickou rýmu nevyлéčí a jejich účinek je dočasný. Při dlouhodobém užívání nosních kapek hrozí poškození nosní sliznice. Jako pomoc při ucpaném nosu je lepší zvolit fyziologický roztok, který se kape do nosních dírek. Fyziologický roztok si pacient může připravit sám – vznikne rozpuštěním dvou malých čajových lžiček kuchyňské soli v litru převařené vody. Fyziologický roztok se dá koupit i v lékárnách.

SEZÓNÍ ALERGICKÁ RÝMA

Sezónní alergická rýma je nepříjemné onemocnění, které každoročně postihne čtyři až deset procent obyvatel České republiky. A počty pacientů rok od roku stoupají. Může za to dědičnost, konzumní způsob života, znečištění životního prostředí, používání nových čistících prostředků a nižší odolnost dětí vůči nemocem.

PŘÍČINY, PŘÍZNAKY

Nejčastější příčinou sezónní alergické rýmy nadále zůstává citlivost na pyly (polinóza). Typickým příznakem onemocnění je svědění a pálení v nose a krku, kýchání a vodnatý výtok z nosu. Potíže s ucpanýmnosem často současně provází zánět očních spojivek. V pozdním létě a na podzim mohou alergie dále vyvolávat spory plísni.

K vyvolání projevů alergické rýmy je nutná přítomnost pylů v ovzduší a jejich určitá minimální koncentrace. U silně precitlivělých alergiků stačí k vyvolání obtíží 5 až 50 pylových zrněk v 1 m³ ovzduší. Pacient může být alergický pouze na pyl určitého druhu rostlin, častěji je však citlivý na pyly všech příbuzných rostlinných druhů.

V České republice rozlišujeme tři hlavní období výskytu pylových alergií: jarní (kvetou stromy z čeledi břízovitých), letní (kvetou trávy) a podzimní (kvetou plevel, pelyněk a ambrózie).

LÉČBA

Alergickou rýmu by měl vždy léčit lékař-specialista. Lékař provede kožní testy a speciální vyšetření krve. Na základě výsledků určí příčinu onemocnění, stanoví plán léčby a prevence. Základem léčby zůstává snaha vyhnout se styku s alergenem, který onemocnění způsobuje. To ovšem u pylových alergií a alergií na plísně není zrovna jednoduchý úkol.

Významnou pomoc proto alergikům či rodičům alergických dětí poskytuje Pylová informační služba (PIS), která v ČR funguje od roku 1992. Pylová informační služba podává alergikům pravidelné informace o aktuálním výskytu pylů a plísní v ovzduší i předpověď vývoje na další období.

Sezónní alergickou rýmou nejčastěji trpí pacienti ve věku od pěti do dvaceti let. Vzhledem ke znečištění životního prostředí se více týká obyvatel větších měst. Nejméně frekventovaná je alergická rýma u dětí do pěti let, s přibývajícím věkem ale její výskyt prudce stoupá, maximálních hodnot dosahuje v období dospívání. Po dvacátém roce života počty nemocných klesají.

ALERGICKÁ RÝMA TRÁPÍ ČASTĚJI CHLAPCE NEŽ DĚVČATA

Sezónní alergickou rýmou trpí častěji chlapci než dívky. Podle některých odborníků může mít na vzplanutí onemocnění vliv i měsíc narození. Děti narozené před vypuknutím pylové sezóny, tedy na jaře, trpí alergiemi častěji než jejich vrstevníci.

CO SE STANE, KDYŽ SE ALERGIE NELÉČÍ

Senná rýma bez náležité péče se může stát nebezpečnou.

- Počet látek vyvolávajících alergii se může během let zvyšovat. Potom se může rýma, trvající pár týdnů v roce změnit v rýmu celoroční!
- Také symptomy v nose nebo očích se mohou stávat stále silnějšími!
- Neustále zanícená sliznice nosu je velmi málo odolná proti infekcím. To může dále způsobit chronické bolesti hlavy, záněty nosohltanu a celkovou slabost imunitní obrany.
- Při senné rýmě se může alergie v průběhu let asi v cca 30% případů rozšířit i na dolní cesty

dýchací a může vést ke vzniku astmatu.

Je tedy nutné brát sennou rýmu velmi vážně!