

PYLY ÚTOČÍ

29.3.2017 Chvilka pro tebe 19 Zdravá rodina

Hana Primusová a Natálie Novotná

Pylovou alergií trpí v Evropě asi 40 % lidí, přičemž asi třetina z nich má silné příznaky.

Alergické reakce způsobuje chyba imunitního systému, který „vidí nebezpečí“ tam, kde není. Na neškodná pylová zrna (či jiné alergeny) reaguje, jako by šlo o nepřítele, a brání se – rýmou, kýcháním, slzením, kopřivkou atd.

Někomu vadí jen pyly určité rostliny (často břízy), takže má potíže jen krátkodobě. Ale většinou jsou lidé postižení pylovou alergií citliví na více druhů, pro některé nešťastníky je pylová sezona prakticky od února do října. Kromě toho existuje tzv. zkřížená alergie – k citlivosti na pyly se přidává určitý typ potravinové alergie (častá je alergie současně na břízu a na jablka). Mnoho lidí s pylovou alergií má zároveň alergii na roztoče.

CO VÁM VADÍ?

Základem je zjistit, na co alergii máte, a snažit se alergenům vyhnout. Čemu byste se naopak rozhodně vyhýbat neměli, je návštěva alergologa. Ten stanoví přesnou diagnózu a vhodnou léčbu, bez níž se potíže zhoršují. Předepsané léky (antihistaminika) by alergik měl nosit stále při sobě pro případ akutního stavu. Na zmírnění příznaků pak lze užívat různé volně prodejné prostředky (nosní spreje, kapky do očí, inhalátory) aj.

POZOR NA PSYCHIKU

Alergie (nejen pylové) mají výrazně psychosomatický charakter, takže je zhoršuje stres, potlačené emoce, psychické napětí, duševní vyčerpání atd.

Nejen proto mají mnohdy úspěch i alternativní metody léčby založené na celostním přístupu. Osvědčuje se např.

homeopatie. Ačkoli fungování homeopatických přípravků nelze vědecky zdůvodnit, využívají je i někteří lékaři a právě u alergií často zabírají. Více informací na www.hla-homeopatie.cz či na www.svethomeopatie.cz.

Jak to vypadá Řada alergiků se trápí, ale * Letošní pylová sezona k lékaři u nás začala koncem února nejde. (díky chladnější zimě trošku později než loni), ale vrcholné období nás teprve čeká. * V nejbližší době budou stále ve vzduchu pylová zrna lísky, olše, topolu, tisu, nově se přidá jilm a jasan. * Pylová zrna břízy, nejsilnějšího jarního alergenu, dozrají a začnou se uvolňovat do vzduchu zhruba na přelomu března a dubna. * Na přelomu dubna a května se přidají pyly trav, které dráždí až polovinu alergiků (proto se vžil výraz „senná rýma“). * Záleží také na povětrnostních podmínkách – nejvíce pylů se uvolní při teplém, suchém a větrném počasí. Naopak po dešti je jich nejméně. * Aktuální situaci můžete sledovat na stránkách www.pylovasluzba.cz.

NÁZOR ODBORNÍKA

Naše laboratoře disponují unikátním přístrojem ImmunoCAP ISAC pro diagnostiku alergií. Ze dvou kapek krve lze v jediném kroku vyšetřit 112 různých alergenních komponent. Komponentní diagnostika nám pomáhá odlišit specifické původce alergií od zkříženě reagujících, což je důležité pro další terapii a doporučení pro pacienta. Léčba zaměřená na druhově specifické alergeny přítomné např. jen v jednom druhu rostliny je pak podstatně úspěšnější – udává se až 80 %. Více informací na www.euclaboratore.cz.

MUDr. Petr Podroužek, EUC Laboratoře

BEZ RECEPTU

KLIMAKTERIUM BEZ POTÍŽÍ Doplněk stravy PM Estromenox pro ženy s fytoestrogeny, koenzymem Q10, vitamínem C aj. zajistí komplexní péči (www.purusmeda.cz).

PŘECHOD V POHODĚ Potíže spojené s menopauzou pomůže překonat přírodní nehormonální přípravek GS Merilin Harmony. Obsahuje třezalku tečkovanou, ploštičnick hroznatý + vápník a vitamín D3 pro zdravé kosti.

PRO SILNOU IMUNITU Doplněk stravy Prolacton s probiotiky udržuje rovnováhu střevní mikroflóry a zároveň posiluje imunitu (Facebook.com/Prolacton).

Foto autor| foto: fotolia, shutterstock.com, archiv čtenáře, firem a redakce