

Kevadel suurenevad allergiamured

Kevadel avalduv allergia võib olla põhjustatud õietolmust, mis tekitab selle suhtes ülitundlikel inimestel tervisehäireid.

Näiteks rohke vesine nohu, silmade kipitus ja punetus, kihelus ja kipitus kurgus ning köha ja isegi õhupuudus-hingeldushood. Selliste nähtudega haigust nimetatakse pollinoosiks.

Kõige sagedamini põhjustavad õietolmuallergiat lepa, kase, sarapuu, kõrreliste, puju, teelehe ja nõgese õietolm. Eestis õitsevad lepp, sarapuu ja kask märtsist maini. Juunis-juulis õitsevad aasataimed ja kõrrelised (timut, aruhein, kerahein, raihein, nurmik, luste ja rukis). Koirohi ja malts levitavad õietolmu augustis ja septembris. Millal täpsemalt mingi taim õitseb, sõltub aasta ilmast, ka kliimaatiliselt erinevates piirkondades on õitsemisperiood eri aegadel.

Õietolmuallergia ägenemisperiood on seega aastati erinev. Et õitsemisaeg osadel taimedel kokku langeb, võib inimese üheaegselt muutuda ülitundlikuks mitme õietolmu suhtes. Eri taimede õietolmul on ka ühiseid antigeenseid omadusi. Näiteks timuti õietolm sisaldab antigeene, millest osa on ühised keraheina, aruheina, rebasesaba ja mõne muu taim allergeenidega.

Õietolmu hulk erineb

Organismi tungib õietolm hingamisteede kaudu, harva naha kaudu. Haigusnähud ei ilmne kohe, kui õietolmu õhku satub, vaid alles õietolmu piisava koguse juures.

Õietolmu sisaldus õhus erineb. Kõige rohkem leidub seda kuiva tuulise ilmaga, kõige vähem aga vihmase ja niiske ilmaga. Ka õhtul,

öösel ja varahommikul on õhk niiskem ning õietolmu õhus vähem, samuti on õietolmu vähem mere ääres.

Lillede õietolm võib põhjustada allergiat inimestel, kes nendega iga päev tegelevad (näiteks aednikel priimulaid, alpikanne, asaleasid, ratsuritähti, päevalilli jt hooldades). Ka lillelõhn, -mahl ja -varred võivad põhjustada allergiat. Vartel ja mahlal (näiteks piimalill) võib olla ka nahale ärritav-toksiline toime.

Enamik pollinoosihaigeid on linnaelanikud. Ilmselt on põhjuseks see, et neile mõjuvad autode heitgaasid, tolm ja mitmesugused gaasid, mis soodustavad õietolmu toimet. On isegi tähelepanekuid, et pollinoosihaiged on tervenened, kui nad kolivad maale elama.

Milline allergeen mõjub?

Õietolmu allergeeni selgitamiseks tehakse nahatestete oletatavate allergeenidega. Nahatestete ei teostata haiguse ägenemise perioodil. Kõige parem oleks pöörduda allergoloogi poole uuringuteks siis, kui haigusnähud ei ole veel tekkinud või kui need on taandunud (sügisel, talvel).

Infot õietolmude esinemise kohta õhus saab internetist, raadiost ja ajalehtedest.

Ajal mil õitsevad teile ebasoovitavad taimed või puud, viibige väljas võimalikult vähe. Kandke prille või päikesepille, nii satub õietolmu silmadesse vähem. Kasutada võib ka spetsiaalseid kaitsemaske. Koju tulles võtke seljast tänavariided ja pange need kappi. Peske nägu ja vajadusel ka juukseid, loputage nina soolalahusega. Nii satub korterisse vähem õietolmu. Õhutage korterit ajal, mil väljas on õietolmu vähem.



Kevadel põhjustab allergiat õitsev sarapuu.

Autosõidul hoidke aknad suletult, et koos värske õhuga ei siseneks ka õietolm. Kui teil on allergia mõne umbrohu suhtes, tuleks need koduümbrusest niita enne nende õitsemahakkamist.

Ärge kuivatage pesu õues. Sõitke puhkama, kui koduümbruses on palju õietolmu. Siirduge mägedesse või merereisile – sinna, kus teile kahjulikud taimed parasjagu ei õitse.

Pollinoosihaiged peaksid olema ettevaatlikud ka mõne toiduainega nagu mesi, päevalilleõli, pähklid.

Ravimisel on esmatähtis haigusnähte esile kutsuva allergeeni vältimine. Enim kasutatakse histamiini-vastaseid aineid ning ninna või silma manustatavaid ravimeid. Käsimüügist võib leida sellise allergiaravimi nagu Allergodil. Müügil on ka ninasprei ja silmatilgad. Häid tulemusi on andnud immuunravi, mis kestab mitu aastat.

NAOMI LOOGNA