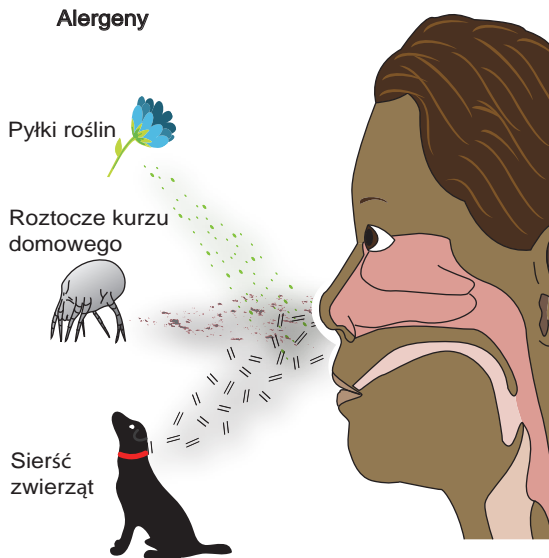




Alergiczny nieżyt nosa lub "katar sienny"

Co to jest alergiczny nieżyt nosa?

Alergiczny nieżyt nosa jest chorobą, w której dochodzi do obrzęku i podrażnienia błony śluzowej nosa. Jest to spowodowane alergią na pyłki roślin, roztocze kurzu domowego, niekiedy na pleśnie. Popularnym, choć niewłaściwym określeniem alergicznego nieżytu nosa jest termin „katar sienny”; nie ma on bowiem nic wspólnego z „sianem” lub „gorączką”. Blisko 10-15 % 6-7 latków a także 20-30% nastolatków i młodych dorosłych ma alergiczny nieżyt nosa. Nasilenie objawów jest różne: od bardzo łagodnych po bardzo poważne.



Jakie są objawy alergicznego nieżytu nosa?

Klasyczne objawy :

- Wyciek wydzieliny z nosa
- Kichanie
- Świąd nosa i oczu
- Zaczerwienienie oczu wiosną lub latem

Wymienione objawy związane są z alergią na pyłki drzew(wiosną) lub traw (wiosną/latem), czasami na chwasty lub pleśnie (późnym latem). Jest to szczególnie częste u młodych ludzi.

Objawy przewlekłe:

- przewlekłe uczucie zatkania nosa (czasami wodnisty wyciek)
- zwykle z towarzyszącym kaszlem i uczuciem ogólnego osłabienia.

Alergiczne przyczyny w tym wypadku to roztocze kurzu domowego, sierść zwierząt domowych, czasami pleśnie.

W jaki sposób dzielimy objawy alergicznego nieżytu nosa?

Objawy określamy jako okresowe, jeśli utrzymują się przez mniej niż 4 dni w tygodniu i trwają krócej niż przez 4 kolejne tygodnie. Jeżeli objawy występują dłużej, określamy je jako przewlekłe.

Jakie inne problemy może spowodować alergiczny nieżyt nosa?

Skutki alergicznego nieżytu nosa	Łagodny	Umiarkowany/ciężki (jeden lub więcej)
Zaburzenia snu	✗	✓
Utrudnienie codziennej aktywności lub ruchu	✗	✓
Uniemożliwienie prawidłowego funkcjonowania w pracy bądź szkole	✗	✓
Kłopotliwe objawy, które nie mają tendencji do ustępowania	✗	✓

Jaki jest związek pomiędzy astmą oskrzelową a alergicznym nieżytem nosa?

Alergiczny nieżyt nosa i astma są częstymi chorobami alergicznymi. Niektórzy lekarze uważają, że obie stanowią jedno schorzenie, tzw. wspólną chorobę dróg oddechowych. Nieleczony alergiczny nieżyt nosa może prowadzić do pogorszenia objawów astmy. Pacjenci z astmą i alergicznym nieżytem nosa mają lepszą kontrolę objawów, jeśli obie te choroby są leczone jednocześnie.

► Jakie są zewnętrzne objawy alergicznego nieżytu nosa?



Dwoma głównymi zewnętrznymi objawami są: 1. cienie pod oczyma, szczególnie na dolnych powiekach, które są widoczne u dziewczynki na rysunku po lewo, 2. "salut" alergiczny, przedstawiony na rysunku poniżej, kiedy chory pociera dłonią swędzący nos.

► Kiedy powinieneś zwrócić się o pomoc do lekarza?

Alergiczny nieżyt nosa może być skutecznie leczony, dlatego też powinieneś skontaktować się z lekarzem, kiedy objawy twojej choroby będą dokuczliwe, szczególnie, jeżeli mają charakter przewlekły bądź ciężki lub masz jednocześnie objawy astmy (kaszel, świsły, uczucie ucisku w klatce piersiowej).

► W jaki sposób alergiczny nieżyt nosa może być leczony?

- Unikanie czynników drażniących takich jak dym tytoniowy
- Ograniczanie ekspozycji na alergeny w domu jest możliwe tylko w przypadku alergii na roztocze lub sierść zwierząt. Unikanie ekspozycji na alergeny roztoczy jest skuteczne tylko wtedy, gdy zastosuje się jednocześnie wszystkie dostępne metody eliminacji alergenów, czyli pokrycie materaców, poduszek i jaśków nieprzepuszczającymi roztoczy pokrowcami oraz wizytę przeszkolonego pracownika w tym zakresie. W przypadku alergii na zwierzęta domowe jedyną metodą jest usunięcie zwierzęcia z domu, co czasem może być trudną decyzją. Ograniczanie narażenia na alergeny poza mieszkaniem może okazać się niemożliwe.

• Leczenie farmakologiczne:

- Łagodne lub okresowe objawy: leki antyhistaminowe w postaci tabletek lub syropu (polecane są przede wszystkim nowe leki antyhistaminowe rzadziej powodujące senność np. preparaty loaratydyny lub ceteryzyny). Leki te skutecznie zwalczają objawy kichania i wodnistego wycieku z nosa, natomiast są mniej efektywne w przypadku uczucia zatkania nosa.
 - Umiarkowane lub przewlekłe objawy: sterydy donosowe (np. preparaty budezonidu, mometazonu, flutikazonu). Sterydy donosowe są bardziej skuteczne niż leki antyhistaminowe, muszą być jednak stosowane regularnie.
 - Preparaty montelukastu mogą być stosowane jako dodatkowe leczenie w trudnych przypadkach.
 - Inne leki (np. kromoglikany) są nieskuteczne
- Jeśli leczenie farmakologiczne nie będzie powodowało poprawy powinieneś zwrócić się do specjalisty: alergologa, laryngologa, lub pediatry. W ciężkich przypadkach zalecana jest immunoterapia swoista alergenowo (szczepionki alergenowe). Takie leczenie jest skuteczne w większości przypadków.

► Przydatne strony internetowe:

European Lung Foundation (ELF) -
www.european-lung-foundation.org

European Federation of Allergy and Airway Diseases
Patients Association (EFA) - www.efanet.org



Niniejsze opracowanie zostało przetłumaczone przez dr Aleksandrę Wardzyńską i Prof. Marka Kowalskiego, członka Europejskiej Sieci Doskonałości Dotyczącej Alergii i Astmy GA²LEN, finansowanej przez Unię Europejską.



Materiał ten został przygotowany przy współpracy Prof. Paul Brand, specjalisty Europejskiego Towarzystwa Chorób Płuc (ERS) w zakresie alergologii dziecięcej.

Do opracowania publikacji skorzystano z artykułu de Groot et al. Allergic rhinoconjunctivitis in children. British Medical Journal 2007; volume 335: pages 985-988.