

Alergia a astma – co je różni i co je łączy? (wiosna, pyłki)

Alergia i astma to dwa ściśle powiązane, choć nietożsame schorzenia, które szczególnie dają o sobie znać wiosną, w okresie pylenia roślin. Zrozumienie związku między nimi pomaga lepiej kontrolować objawy w tym trudnym dla alergików okresie.

Czym różni się alergia od astmy

Alergia to nadmierna, nieprawidłowa reakcja układu odpornościowego na substancje zwykle nieszkodliwe, takie jak pyłki roślin, sierść zwierząt czy roztocza kurzu domowego, objawiająca się np. katarzem, łzawieniem oczu czy wysypką skórą. Astma natomiast jest przewlekłą chorobą zapalną oskrzeli, objawiającą się nawracającymi epizodami duszności, świszczącego oddechu i kaszlu, wynikającymi z nadreaktywności i zwężenia dróg oddechowych. Nie każda alergia prowadzi do astmy i nie każda astma ma podłoże alergiczne, jednak u wielu pacjentów oba schorzenia współistnieją.

Astma alergiczna – najczęstsza postać choroby

U znacznej części pacjentów, szczególnie tych, u których astma rozpoczęła się w dzieciństwie, choroba ma podłoże alergiczne – oznacza to, że kontakt z konkretnym alergenem, na przykład pyłkiem traw czy drzew, wywołuje nie tylko objawy typowe dla alergii, ale też zaostrzenie astmy oskrzelowej. W sezonie pylenia roślin osoby z astmą alergiczną często doświadczają nasilenia kaszlu, duszności i świszczącego oddechu, równoległe z typowymi objawami alergicznego nieżyty nosa.

Jak radzić sobie w sezonie pylenia

W okresie nasilonego pylenia warto śledzić kalendarz pylenia roślin dla swojego regionu, ograniczać czas przebywania na zewnątrz w godzinach szczytowego stężenia pyłków (zwykle w środku dnia), po powrocie do domu zmieniać ubranie i płukać twarz oraz włosy, a także trzymać zamknięte okna w najbardziej newralgicznych godzinach. Osoby z astmą alergiczną powinny regularnie stosować przepisane leczenie podstawowe, nawet gdy objawy chwilowo ustępują, oraz mieć zawsze przy sobie lek doraźny.

Podsumowanie

Zrozumienie związku między alergią a astmą pomaga lepiej przygotować się na trudniejsze okresy, takie jak wiosenny sezon pylenia. Odpowiednie leczenie przeciwalergiczne, połączone z regularnym leczeniem astmy, pozwala znacząco złagodzić objawy w tym czasie.

Ten materiał ma charakter edukacyjny i nie zastępuje konsultacji z lekarzem. W razie wątpliwości dotyczących Twojego stanu zdrowia skontaktuj się z lekarzem prowadzącym.