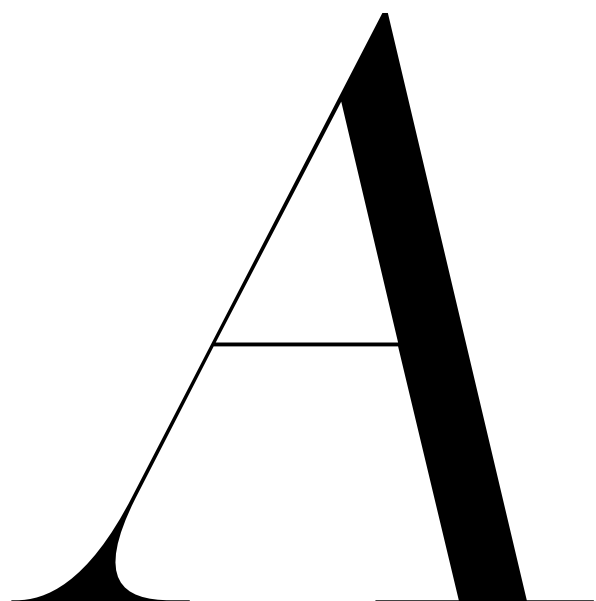


ΓΙΑΤΙ ΑΥΞΑΝΟΝΤΑΙ ΟΙ ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ;

από τη Χειρουργό ΩΡΛ
Ανατολή Παταρίδου



Αλλεργίες και ιγμορίτιδα αποτελούν πλέον την μερίδα του λέοντος των περιστατικών που καταλήγουν στα ΩΡΛ ιατρεία. Και είναι απορίας άξιο πώς σε μια χώρα σαν την Ελλάδα φτάσαμε τα τελευταία χρόνια να έχουμε τόσους πολλούς ανθρώπους να πάσχουν από αλλεργική ρινίτιδα, αλλά και άσθμα.

Ας μην ξεχνάμε ότι ένας άνθρωπος μπορεί να μη γεννηθεί αλλεργικός, αλλά να εμφανίσει ξαφνικά συμπτώματα της αλλεργίας όταν εκτεθεί στα κοινά αλλεργιογόνα, όπως η γύρη, τα σκάρια της σκόνης, η μούχλα, οι χημικές ουσίες από τα πολλά καθαριστικά που χρησιμοποιούμε, διάφοροι μικροοργανισμοί, το επιθήλιο των κατοικίδιων ζώων και άλλα πολλά. Είναι γεγονός ότι η ζωή μας τα τελευταία χρόνια έχει αλλάξει πολύ: Μένουμε σε κλειστούς χώρους πολλές ώρες με αποτέλεσμα να ερχόμαστε σε επαφή με ερεθιστικούς παράγοντες. Έτσι, οι αλλεργίες σήμερα δεν είναι μόνο εποχιακές, μπορεί να είναι και ετήσιες και η επίδρασή τους στην ποιότητα της καθημερινότητας να είναι πολύ σοβαρή. Η θέρμανση έχει αλλάξει πάρα πολύ στα σπίτια, αφού γίνεται κυρίως χρήση των κλιματιστικών, τα οποία συνήθως δεν συντηρούνται σωστά. Η αύξηση της υγρασίας στους χώρους αποτελεί έναν πολύ συχνό ερεθιστικό παράγοντα, ενώ η υπερβολική χρήση απορρυπαντικών πλυντηρίου και χημικών καθαριστικών στο σπίτι αποτελεί επίσης εκλυτικό παράγοντα αλλεργιών.

Ακόμη και η διατροφή συμβάλλει στην εμφάνιση αλλεργιών: Τα τελευταία χρόνια καταναλώνουμε καθημερινά βιομηχανοποιημένες τροφές και πολλά ζωικά προϊόντα. Μερίδιο ευθύνης έχει και η έλλειψη άσκησης - η καθιστική ζωή βοηθάει και αυτή στην ευκολότερη ανάπτυξη αλλεργικών αντιδράσεων.

“

Ακόμη και η
διατροφή συμβάλλει
στην εμφάνιση
αλλεργιών: Τα
τελευταία χρόνια
καταναλώνουμε
καθημερινά
βιομηχανοποιημένες
τροφές και πολλά
ζωικά προϊόντα.

MEET THE DOCTOR

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Τα πολύ βασιανιστικά συμπτώματα που προκαλεί η αλλεργική ρινίτιδα είναι συνήθως μπουκωμα στη μύτη, πονοκέφαλος, καταρροή, φτάρνισμα. Μπορεί να συνοδεύεται επίσης από δάκρυα και φαγούρα στα μάτια, αλλά και αλλεργικό άσθμα. Το τελευταίο καθιστά το άτομο πολύ πιο εύαλωτο σε οποιαδήποτε ίωση και επιπλοκές από τα γύρω όργανα όπως π.χ. ωτίτιδα, ιγμορίτιδα, βρογχίτιδα, ακόμη και πνευμονία.

Όταν μάλιστα ένας ασθενής προβλήματα στη μύτη, όπως π.χ. στραβό διάφραγμα ή μεγάλες κόγχες, τότε το σύμπτωμα του μπουκώματος είναι ακόμη πιο έντονο. Αν συνυπάρχει αλλεργική ρινίτιδα ή ρινικοί πολύποδες, είναι πολύ πιο εύκολη η ανάπτυξη της ιγμορίτιδας ή παραρρινοκολπίτιδας, δηλαδή η ανάπτυξη φλεγμονής στους παραρρινίους κόλπους που βρίσκονται γύρω από τη μύτη, μέσα στο κρανίο και επικοινωνούν με μικρούς σωληνίσκους με αυτήν. Εκτός από τα ιγμόρεια, οι άλλοι κόλποι είναι οι ηθμοειδείς κοιλότητες, οι μετωπιαίοι κόλποι και ο σφηνοειδής κόλπος.

Πολλές φορές, ενώ ένας ασθενής πάσχει από αλλεργική

ρινίτιδα, αυτή εκλαμβάνεται σαν ίωση ή ιγμορίτιδα και υπάρχει μια υπερβολή στη χορήγηση της αντιβίωσης. Γι' αυτόν τον λόγο είναι απαραίτητος ένας πλήρης έλεγχος από ΩΡΛ και ένας αλλεργιολογικός έλεγχος, ώστε να ξεκαθαριστεί σε ποιους ασθενείς έχει ένδειξη η ανοσοθεραπεία με εμβόλια.

Αν ο ασθενής που πάσχει από αλλεργική ρινίτιδα έχει και ανατομικά προβλήματα ή χρόνια ιγμορίτιδα που δεν μπορεί να θεραπευθεί φαρμακευτικά, τότε πραγματικά η χειρουργική αντιμετώπιση είναι ιδανική λύση. Με τη χειρουργική επέμβαση η ποιότητα ζωής του ασθενούς αλλάζει εντελώς, ανακτά την ευεξία του, ενώ αλλάζει εντελώς και το αλλεργικό του προφίλ.

Σήμερα, έχουμε τη δυνατότητα με τις ενδοσκοπικές τεχνικές, το χειρουργείο αυτό να γίνεται με απόλυτη ακρίβεια και ασφάλεια και το αποτέλεσμα να είναι ριζικό. Σε περιπτώσεις ασθενών που έχουν ξαναχειρουργηθεί ή έχουν μεγάλη κατάληψη στους παραρρινίους κόλπους είναι απαραίτητη και η χρήση της νευροπλοήγησης στη διάρκεια της επέμβασης.

Η ενδοσκοπική χειρουργική στην περιοχή της ρινός είναι σήμερα ανώδυνη χωρίς εξω-

Μερίδιο ευθύνης έχει και η έλλειψη άσκησης η καθιστική ζωή βοηθάει και αυτή στην ευκολότερη ανάπτυξη αλλεργικών αντιδράσεων.

τερικές τομές και προσφέρει στον ασθενή ταχύτερη ανάρρωση και επούλωση, με αποτέλεσμα την άμεση επιστροφή στις καθημερινές του δραστηριότητες.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΛΛΕΡΓΙΚΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

1. Μην αερίζετε ποτέ το σπίτι τις μέρες που φυσάει.

2. Αποφεύγετε τις βόλτες στην εξοχή.

3. Διώξτε χάλια, μοκέτες και λούτρινα κουκλάκια από το σπίτι.

4. Καθαρίζετε καλά το σπίτι με ηλεκτρική σκούπα και βρεγμένα πανιά, ώστε να αποφεύγετε τη συγκέντρωση της σκόνης.

5. Να μετράτε τα επίπεδα υγρασίας στους χώρους σας και να χρησιμοποιείτε αφυγραντήρες όταν χρειάζεται και να αποφεύγετε τη χρήση κλιματιστικού.

6. Αλλάξτε τη διατροφή σας, αποφεύγοντας τα ζωικά προϊόντα και εμπλουτίζοντάς την με φρούτα, λαχανικά και βότανα.



Ανατολή Παταρίδου
Χειρουργός Οtorινολαρυγγολόγος
Κεφαλής και Τραχήλου, Παιδο-ΩΡΛ,
Επιστημονικός Συνεργάτης
Νοσοκομείου «Υγεία-Μπτέρα»

Για επιπλέον πληροφορίες:

www.pataridou.gr



pataridouanatoli

