

التحسس الأنفي



أسباب حالات التحسس الأنفي

من غير الواضح سبب تحسس بعض الناس تجاه محسسات، كاللقالح مثلاً. إلا أنه من المؤكد أن الميل للتحسس وراثي، فإن كنت تعاني من ردات فعل تحسسية، فذلك يشير إلى احتمال وجود حالات تحسس لدى أفراد عائلتك المباشرين. والواقع أنه ليس من الضروري أن يتحسس الأقرباء تجاه المحسس نفسه. فالمرة لا يirth تحسساً تجاه مادة معينة بقدر ما يirth ميلاً عاماً للتحسس.

تشخيص التحسس الأنفي

من أجل تشخيص التحسس بدقة، يحتاج الطبيب إلى المعلومات التالية:

- الأعراض.
 - التعرض المحتمل لمواد محسسة.
 - المشاكل الطبية السابقة.
 - الظروف المعيشية السابقة وال瑁الية.
 - تاريخ العائلة الطبي.
 - النظام الغذائي.
 - أسلوب المعيشة وعادات اللهو.
- وتتمثل الخطوات التالية عادة بفحص جسدي وأختبارات جلدية.
- أثناء الاختبار الجلدي، توضع نقط مخففة بالغة الدقة من المادة المحسسة المشتبه بها على الجلد. فإذا كانت استجابة المريض إيجابية تجاه المحسس تظهر بقعه شبيهة أو شرى صغير (يُدعى اختبار شروي وتهيج نسيجي) في موضع الاختبار وذلك في مصادر دقيقة.

الفرق بين الزكام والتحسس

بما أن حالات التحسس تسبب غالباً أعراض مشابهة لأعراض الزكام بما في ذلك (احتقان الرأس والصدر، احتقان و سيلان الأنف، سعال و عطاس) يخلط الكثيرون بين التحسس والزكام، والواقع أن أعراض الزكام تزول عادة في غضون بضعة أيام، أما التحسس فتتفاقم أعراضه في ظروف معينة أو تبدو أحياناً أنها لن تنتهي.

أعراض التحسس الأنفي

- ١- حكة في العينين وتورمها وإحمرارها.
- ٢- احتقان أو سيلان الأنف.
- ٣- عطاس وسعال متكررين.
- ٤- انتفاخات في الجلد.
- ٥- بعض أشكال الربو أو تفاقمها.

أبرز المحسسات التي تدخل الجسم عبر التنفس (اللقالح)



إن الربيع و الصيف و الخريف هي الفصول التي يتم خلالها إنتاج اللقالح في معظم المناحات، وكذلك هذه الفصول، من غير الممكن تفاديه. التعرض لللقالح الذي يحمله الهواء من الأشجار والأعشاب الضارة.



عث الغبار

يأوي غبار المنزل جميع أنواع المحسسات المحتملة بما في ذلك اللقالح والعفن. إلا أن المحسس الأبرز ينتمي في عث الغبار، إذ تتواجد آلاف من هذه الحشرات المجهريّة الشبيهة بالعنكبوت في رشة من غبار المنزل.



(العفن)

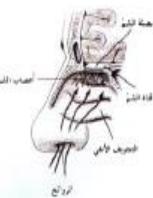
كثير من الناس حساسون تجاه بزيرات العفن المنقوله بالهواء، وينتج العفن الخارجي معظم بزيراته في الصيف وببداية الخريف، أما العفن الداخلي فينشر بزيراته على مدار السنة.

يعتبر الكلاب و القطط من أكثر الحيوانات المسببة لردات الفعل التحسسية.

تركيب الأنف

يعتبر الأنف أحد مكونات الجهاز التنفسي، يتكون الجزء الظاهر من الأنف من جزء غضروف في وجه عظمي وينقسم تجويف الأنف من الداخل إلى قسمين مفصليين بواسطة الحاجز الأنفي ويبعدا تجويف الأنف من الأمام بفتحتي الأنف الخلفيتين اللتين تفتحان في البالوعوم.

يحتوي تجويف الأنف على نتوءات عظمية (القرنيات) تختلف بحسبها مخاططي به عدد كبير من الشعيرات الدموية والغدد المخاطية التي تفرز مادة مخاطية تعمل على ترطيب هواء الشهيق، كما توجد عند فتحتي الأمام كمية من الشعر يقوم بمحجز الأجسام الغربية وذرات الغبار من هواء الشهيق.



التحسس الأنفي

التحسس هو عبارة عن فرط استجابة الجهاز المناعي لمادة غير مؤدية عادة، كاللقالح أو وبر الحيوانات الآلية، إذ يحفز الاحتكاك بهذه المادة التي تعرف بالمحسسين، إنتاج جلوبولين مناعي يؤدي دور جسم مضاد، يدفع هذا الجلوبولين المناعي بالخلايا المناعية الموجودة في بطالة العينين والمجاري المولائية على تحرير مواد التهابية، بما فيها المستامين، عندما تتحرر هذه الكيميائيات، فهي تؤدي إلى ظهور الأعراض الشائعة للتحسس.

العناية الذاتية

(تنمثل الطريقة المثلثي لمحاباة التكيف بمعرفة المحسسات
وتجنبها)

(اللقاء)

- لا تغادر المنزل عندما تكون نسبة اللقاء في ذروتها ، أي بين ٥ - ١٢ صباحاً .
استعمل مكيفاً مجهاً بمرشح جيد ، وغير المرشح دوماً .
- ارتدي قناعاً ضد اللقاء عند الخروج من المنزل أو العمل في الحديقة .
- امض عطلتك خارج المنطقة عندما يكون موسم اللقاء في ذروته .

(الغبار أو العفن)

- حدد من تعرضك للغبار أو العفن بتنظيف المنزل مرة واحدة في الأسبوع على الأقل، وارتدي قناعاً أثناء التنظيف أو تدبر من ينظفه لك .
- غلف المرببات والوسائل بأغلفة مضادة للغبار .
- فكر بإبدال المفروشات المتحدة بأخرى من الجلد أو الفينيل والسجاد بالخشب أو الفينيل أو القرميد، خاصة في غرفة النوم .
- حافظ على الرطوبة الداخلية ما بين ٤٠ و ٦٠ بالمئة .
 واستعمل مراوح عادمة في الحمامات والمطبخ ومعدلاً للرطوبة في جهاز التدفئة .
- نظف معدلات الرطوبة باستمرار منعاً لنمو العفن وликثيريا .

(الحيوانات الاليفة)

- تجنب الاقتراب من الحيوانات ذات الفراء أو الريش .
- في حال قررت الاحتفاظ بحيوان ذي فرو . اغسله مرة أسبوعياً بالماء والصابون ، وابق الحيوان خارج المنزل قدر الممكن .

العناية الطبية

(مضادات العيستانامين)

تستعمل بشكل واسع لتحفيض العطاس و سيلان الأنف و حكة العين أو الحلق . وتعمل مضادات العيستانامين على حصر عمل العيستانامين ، وهو أحد المهيبات الكيميائية المسؤولة بشكل واسع عن الأعراض، ولكننا نحذر أن من

(مزيل الاحتقان)

تزيل بعض أعراض التحسس عبر تحفيض الاحتقان أو التورم في الأعشرية الأنفية، مما يسمح بالتنفس بسهولة أكبر، وكثير من عقاقير التحسس والزكام غير الموصوفة تشكل مزيجاً من مزيل الاحتقان ومضاد العيستانامين.

(حقن التحسس أو المداواة المناعية)

تقوم على حقن مقادير دقيقة من المحسسات المعروفة داخل الجهاز المناعي، وبعد عدة حقن تعطيه اسقبوعياً، عادة يصبح المريض أكثر مناعة تجاه مولد الحساسية، بعد ذلك يخضع لحقن شهرياً وذلك لعدة سنوات.

(الرذاذ الأنفي)

يمكن أن يشكل جزءاً من وسائل الدفاع ضد التحسس .
وهو ما يلي وصف لمختلف أنواعه:

- ستيربوريود فنتري

يتتوفر موصوفاً، وهو يزيل الاحتقان عند استعماله يومياً، ولكن لا تظهر فعاليته التامة إلا بعد أسبوع .

- صوديوم الكروموليدين

هو رذاذ أنفي يحتوي على صوديوم الكروموليدين، يمنع العطاس و حكة و سيلان الأنف الناجم عن حالات التحسس الطفيفية إلى المعتدلة .

- محلول الملح:

هو رذاذ أنفي يحتوي على الماء المالح، وي العمل على إزالة الاحتقان الخفيف و تردية البلغم ومنع التفسير، ويمكن استعمال هذا النوع من الرذاذ بأمان قدر الحاجة حتى تخف الأعراض .

- مزيل الاحتقان:

هذا النوع من الرذاذ غير مخصص لتحفيض أعراض التحسس المزمن، يجدر بالتالي تجنبها أو استعمالها باقتصاد لمدة لا تتجاوز ٣ أو ٤ أيام .



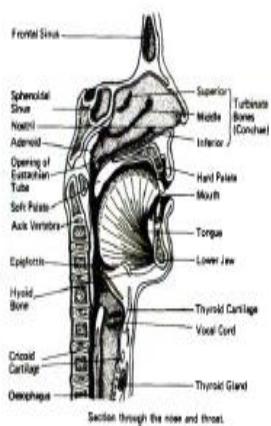
Allergic Rhinitis



Nose Structure

The nose has two holes called nostrils. Deep inside your nose, behind your nose, in the middle of your face, is a space called the nasal cavity. It connects with the back of the throat. The inside of your nose is lined with a moist thin layer of tissue called a mucous membrane covering the bony projections (turbinate). This membrane warms up the air and moistens it. The mucous membrane makes mucus that sticky stuff in your nose which captures dust, germs, and other small particles that could irritate your lungs. Also there are hairs that can trap large particles, like dirt or pollen. If something does get trapped in there, you will sneeze. Sneezes can send those unwelcome particles out.

Further back in your nose are even smaller hairs called cilia that you can see only with a microscope. The cilia move back and forth to move the mucus.



What is Allergic Rhinitis?

Allergic rhinitis (also called "hay fever") happens when you breathe in something you are allergic to, and the inside of your nose becomes inflamed or swollen.

What are The Signs and Symptoms of Allergic Rhinitis?

Allergic rhinitis can last for more than

8 - 10 days and may include:

1. A stuffy nose or a runny nose.
2. Sneezing.
3. Itchy nose, itchy eyes or watery eyes.
4. Children who have allergic rhinitis might have dark circles under their eyes or use the palm of their hand to push their nose up as they try to stop the itching (called the "allergic salute").
5. Coughing caused by clear mucus running down the back of your throat.



Symptoms

- If you have symptoms in spring, you are probably allergic to tree pollens.

- If you have symptoms in the summer, you are probably allergic to grass and weed pollens.

- If you have symptoms in late summer and fall, you probably are allergic to ragweed.

- Dust mites, molds and animal dander (saliva or skin flakes) cause symptoms all year.

Your doctor can perform skin tests to decide for sure which allergens cause your symptoms!

What Causes My Allergic Rhinitis?

Allergic rhinitis is caused by things that trigger allergies called allergens. These allergens can be found both outdoors and indoors. When allergic rhinitis is caused by common outdoor allergens - such as mold or trees, grass and weed pollens. It is often referred to as seasonal allergies. Allergic rhinitis may also be triggered by allergens that are in your house, such as animal dander, tiny skin flakes and saliva, indoor mold or the droppings of cockroaches or house dust mites; tiny creatures found in the home.



Allergic Rhinitis & Common Cold

Signs of allergic rhinitis are similar to signs of a common cold. But unlike common cold symptoms, allergic rhinitis can last for more than 8 - 10 days.

What are My Treatment Choices?

Nose sprays and antihistamines that your doctor prescribes are very helpful for controlling symptoms. Some are safe for young children and all are safe for adults.

Can I do Anything to Avoid Getting Allergic Rhinitis?

You can change some things in your house that might make your symptoms better:

1. Although it's best not to have pets when you have allergic rhinitis, washing your furry pet once a week and keeping it out of the bedroom and off the furniture will help.
2. Put pillows, boxesprings and mattresses in sealed plastic covers that keep out dust mites, and wash sheets in hot water every week. Washing machines at the Laundromat will have hot enough water to kill the dust mites.
3. Keep windows closed. If possible, get an air conditioner and run a dehumidifier, so that there will not be so many pollens and molds in the house.