

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
“Детский сад комбинированного вида № 53 “Светофорик” г.Альметьевск”

## Консультация

# **“ Аллергия, как предупредить ее наступление”**

Подготовила: Ст.м/с Сафариева Л.Р

С наступлением весны многие сталкиваются с сезонной аллергией — поллинозом, проявления которого напоминают обычную простуду. Основными симптомами аллергии являются насморк, выделения из носа, покраснение, зуд глаз, слезотечение, а также кашель.

Признаки поллиноза достаточно неспецифичны и просто являются свидетельством контакта пыльцы с организмом. Соответственно, по ним невозможно определить, что это именно аллергия.

Аллергия сама по себе мучительна, но хуже всего, когда её как раз принимают за простуду и неправильно лечат, что может принести организму человека негативные последствия. Но несмотря на замаскированность поллиноза, одно явное отличие от ОРВИ, по мнению нашего собеседника, всё-таки существует:

Самый главный признак аллергии — это то, что при ней, как правило, не наблюдается повышения температуры тела. Также врач считает, что отличить поллиноз от простуды может только сам человек, который переболел в прошлом сезоне и уже знает, что это ждёт его в наступившем — как правило, он об этом догадывается только потому, что эти симптомы становятся ежегодными.

Во время первого проявления поллиноза человек не может понять, что у него именно аллергия, и часто даже врачи принимают её симптомы за симптомы ОРВИ, так как различить их очень сложно. Соответственно, и лечение больной получает неправильное — такое, которое назначают при вирусных инфекциях.

Сколько бы ни существовало заблуждений по поводу того, откуда появляется и к кому привязывается поллиноз, происхождение у этого заболевания одно — наследственность.

Аллергия — это генетическая предрасположенность, и если она есть, то в любом случае когда-либо проявится. Если у вас нет генетической предрасположенности, то вы никогда в жизни не заболите. Ведь очень многие люди не страдают аллергией, несмотря на то, что они так же, как и аллергики, подвержены воздействию факторов окружающей среды. Ещё одно обстоятельство на самом деле является мифом — «у переболевших в прошлом сезоне меньше шансов заболеть». Наш эксперт говорит, что шансы заболеть у всех одинаковые, более того, нередко тяжесть симптомов аллергии с каждым сезоном увеличивается.

Как правило, симптомы аллергии появляется уже в детском возрасте. К сожалению, дети болеют часто тяжелее, чем взрослые. У детей самое страшное, что может быть, это бронхиальная астма, симптомами которой являются одышка, удушье. Такие пациенты часто, попадая в больницу, получают достаточно серьёзное лечение. Такие дети обязательно должны наблюдаться у педиатра и аллерголога. Как не «подхватить» аллергию? Разумеется, большинство людей хотели бы избежать всевозможных симптомов сезонной аллергии, поэтому важно знать, как предупредить её возникновение. Схема её действия заключается в том, что в организм вводят в постепенно возрастающих дозах причинно-значимые аллергены для человека. Делают это или до наступления сезона аллергии, начиная осенью и заканчивая весной, или же по круглогодичной схеме, когда человек в течение трёх лет получает поддержку этих аллергенов. Люди, ощущая признаки простуды, которая весной вполне может оказаться как раз поллинозом, часто начинают заниматься самолечением. При появлении симптомов, тем более если они длятся более трёх-пяти дней, стоит идти к врачу. Лучше, конечно, к аллергологу. Но если нет такой возможности, то к педиатру или терапевту.

Никакого самолечения не должно быть. Врач назначит симптоматическую терапию, это могут быть глазные и назальные капли, спреи, таблетки и даже инъекции — в зависимости от степени тяжести проявления поллиноза. Кроме того, врач объяснит, как правильно нужно себя вести, чтобы свести к минимуму контакт с аллергенами, назначит гипоаллергенную диету и предложит необходимые профилактические меры. Всё остальное — антигистаминные препараты, глазные и назальные препараты — это симптоматическая терапия, которая дает определенное качество жизни больному, но не вылечивает аллергию. Поэтому очень важно осенью или зимой провести аллергообследование и подобрать оптимальный для больного способ лечения, чтобы в сезон чувствовать себя здоровым!