**Весенний насморк: аллергия или ОРВИ?**

Поясняет Юлия Лутковская, к. м. н., врач – аллерголог-иммунолог, ведущий консультант по лабораторной медицине, эксперт Центра молекулярной диагностики CMD ФБУН ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора.

[Telegram](https://telegram.me/share/url?url=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/education/articles/vesenniy-nasmork-allergiya-ili-orvi/&text=%D0%9F%D0%BE%D1%8F%D1%81%D0%BD%D1%8F%D0%B5%D1%82%20%D0%AE%D0%BB%D0%B8%D1%8F%20%D0%9B%D1%83%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F,%20%D0%BA.%20%D0%BC.%20%D0%BD.,%20%D0%B2%D1%80%D0%B0%D1%87%20%E2%80%93%20%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D0%B8%D0%BC%D0%BC%D1%83%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3,%20%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D1%83%D1%89%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%82%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BB%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B5,%20%D1%8D%D0%BA%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%82%20%D0%A6%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%80%D0%B0%20%D0%BC%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8F%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20CMD%20%D0%A4%D0%91%D0%A3%D0%9D%20%D0%A6%D0%9D%D0%98%D0%98%20%D1%8D%D0%BF%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B8%20%D0%A0%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%B0." \t "_blank) [VK](https://vk.com/share.php?url=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/education/articles/vesenniy-nasmork-allergiya-ili-orvi/&title=%D0%92%D0%B5%D1%81%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%BA:%20%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%B8%D1%8F%20%D0%B8%D0%BB%D0%B8%20%D0%9E%D0%A0%D0%92%D0%98?&description=%D0%9F%D0%BE%D1%8F%D1%81%D0%BD%D1%8F%D0%B5%D1%82%20%D0%AE%D0%BB%D0%B8%D1%8F%20%D0%9B%D1%83%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F,%20%D0%BA.%20%D0%BC.%20%D0%BD.,%20%D0%B2%D1%80%D0%B0%D1%87%20%E2%80%93%20%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D0%B8%D0%BC%D0%BC%D1%83%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3,%20%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D1%83%D1%89%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%82%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BB%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B5,%20%D1%8D%D0%BA%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%82%20%D0%A6%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%80%D0%B0%20%D0%BC%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8F%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20CMD%20%D0%A4%D0%91%D0%A3%D0%9D%20%D0%A6%D0%9D%D0%98%D0%98%20%D1%8D%D0%BF%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B8%20%D0%A0%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%B0.&image=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/upload/iblock/be7/aa9tgqjtrfxginfhzffyiouvsuboc917/lori-0047113144-bigwww%20%282%29.jpg&noparse=true" \t "_blank) [Ok](https://connect.ok.ru/offer?url=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/education/articles/vesenniy-nasmork-allergiya-ili-orvi/&title=%D0%9F%D0%BE%D1%8F%D1%81%D0%BD%D1%8F%D0%B5%D1%82%20%D0%AE%D0%BB%D0%B8%D1%8F%20%D0%9B%D1%83%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F,%20%D0%BA.%20%D0%BC.%20%D0%BD.,%20%D0%B2%D1%80%D0%B0%D1%87%20%E2%80%93%20%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D0%B8%D0%BC%D0%BC%D1%83%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3,%20%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D1%83%D1%89%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%82%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BB%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B5,%20%D1%8D%D0%BA%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%82%20%D0%A6%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%80%D0%B0%20%D0%BC%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8F%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20CMD%20%D0%A4%D0%91%D0%A3%D0%9D%20%D0%A6%D0%9D%D0%98%D0%98%20%D1%8D%D0%BF%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B8%20%D0%A0%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%B0.&imageUrl=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/upload/iblock/be7/aa9tgqjtrfxginfhzffyiouvsuboc917/lori-0047113144-bigwww%20%282%29.jpg" \t "_blank)



© Pixel\_shot / Фотобанк Лори

При появлении весеннего аллергического насморка (поллиноза, от латинского pollen – «пыльца») часто возникает вопрос: как понять, что это не простуда? Поллиноз связан с повышенной чувствительностью к пыльце ветроопыляемых растений, которая провоцируют выброс гистамина и развитие симптомов аллергии.

Самостоятельно отличить инфекционную и аллергическую природу заболевания бывает сложно. Для этого стоит обратить внимание на ряд особенностей.

**Что характеризует поллиноз**

Проявления поллиноза**–**слизистые выделения из носа, выраженная заложенность, приступообразное чихание (десять и более раз); зуд и покраснение век, слезотечение. Могут сопутствовать зуд кожи, першение в горле, кашель, приступы удушья.

Симптомы появляются или усиливаются внезапно, после выхода на улицу, проветривания. Их длительность и выраженность зависят от активности цветения, осадков, скорости ветра (проявления усиливаются в сухую и ветреную погоду и уменьшаются в дождливую).

Для поллиноза характерно ежегодное появление жалоб в одно и то же время (ранней весной, в начале или конце лета). Симптомы исчезают при переезде в другую климатическую зону, уменьшаются при приеме глюкокортикостероидов и антигистаминных препаратов.

Поллиноз часто дебютирует у молодых людей с наследственной предрасположенностью к аллергическим заболеваниям и сочетается с аллергическим ринитом, бронхиальной астмой, крапивницей, атопическим дерматитом. Нередко отмечается аллергия на лекарства и косметику растительного происхождения.

Из-за схожести структур пыльцевых и пищевых аллергенов отмечаются перекрестные аллергические реакции на пищу (например, при аллергии на пыльцу березы возможна реакция на яблоки, абрикосы, орехи). Такие симптомы могут проявляться как в период цветения, так и круглогодично.

**Что характеризует ОРВИ**

Симптомы ОРВИ прогрессируют постепенно, часто появляются после переохлаждения или контакта с больным. Длительность симптомов – не более 14 дней. Ринит сочетается с болью в горле, мышцах, слабостью, снижением аппетита, повышением температуры. Возможное слезотечение присутствует недолго, в первые два-три дня болезни. Выделения из носа постепенно становятся густыми, темнеют.

При длительной простуде, ее тяжелом течении стоит обратиться к ЛОР-врачу или аллергологу. Важно вовремя установить причину заболевания и провести терапию, которая поможет контролировать симптомы, предупредит тяжелое течение болезни и развитие осложнений.

Исключить пыльцу как причину заболевания поможет определение IgE к пыльцевым аллергенам. Анализ проводят для подбора эффективной аллерген-специфической иммунотерапии (АСИТ), коррекции питания и образа жизни.

Больше полезной информации по санитарной безопасности и профилактике опасных заболеваний на сайте [санщит.рус](https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/).