

Alergia



Alergie

Alergia je stále rastúci problém!

- Štatistiky sú šokujúce: približne **25 % Európanov trpí na nejakú formu alergie**.
Viac ako tretina z alergikov tvrdí, že sú **nespokojní s výsledkom liečby** ich alergického ochorenia.
- **Alergie sú dedičné**. Každé dieťa má **10 % šancu vývoja alergie** kedykoľvek v priebehu života.
Ak má alergiu aj súrodeneц, šanca sa zvyšuje na 20 % a ak trpí na alergiu aj rodič, pravdepodobnosť je až 40 %.

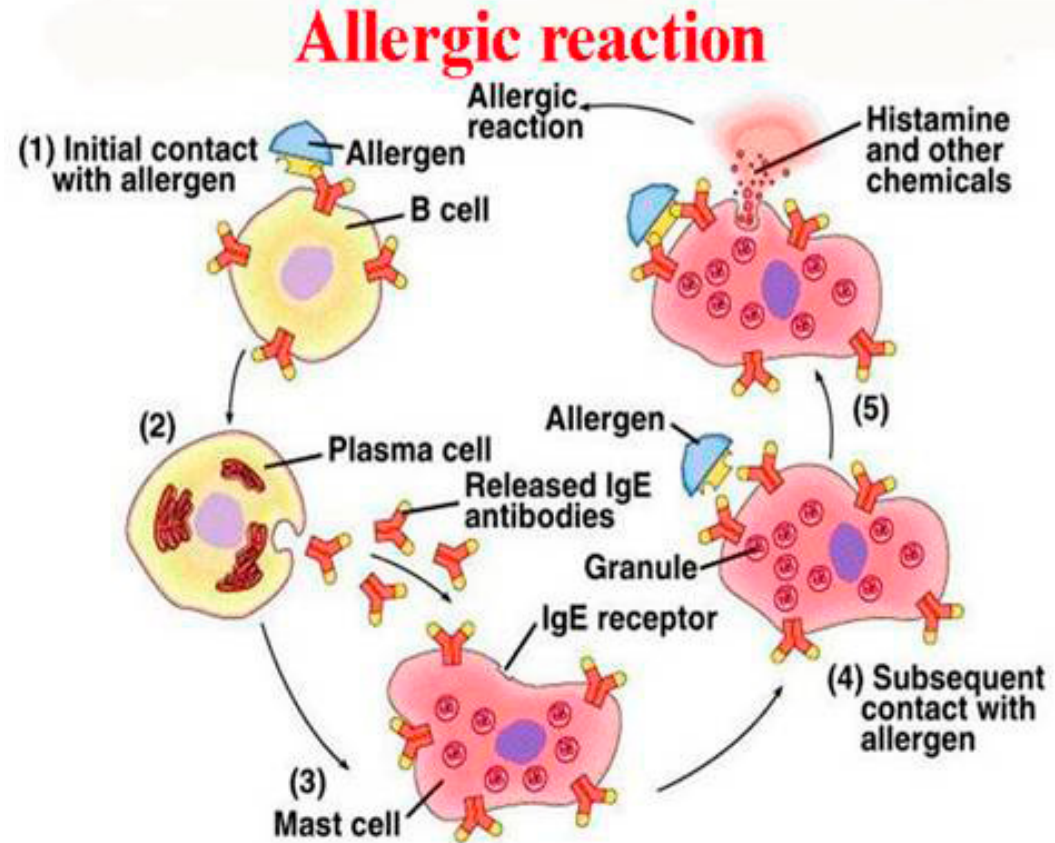
Alergická rinitída

Alergická rinitída = alergický zápal nosovej sliznice

Príznaky alergickej nádchy:

- Po vniknutí alergénov do nosa **pocítite silné svrbenie, alebo dráždenie.**
- **Nasleduje séria kýchnutí** (bežne 15 aj 30 kýchnutí tesne za sebou), ktorými sa telo snaží (márne zbaviť alergénu
- **Alergická nádcha býva často najhoršia ráno.**

Alergická reakcia



Dostupné OTC lieky (voľnopredajné lieky)

Väčšina OTC liekov obsahuje antihistaminikum

Nevýhody:

- 1) nežiadúce účinky ako podráždenie nosovej sliznice a únava
- 2) neriešenie problému (antihistaminiká blokujú uvoľňovanie histamínu – až posledné štádium alergickej reakcie), výlučne potláčanie symptómu

Alergická nádcha redukuje kvalitu života a spôsobuje nespavosť, únavu a podráždenosť. Ak nie je adekvátne liečená, zvyšuje sa riziko vývoja závažných alergických stavov, ako astma alebo ekzém.

Podpora imunity je základom liečby alergie

- Probiotiká Dophilus
- Monsea Kolostrum
- Optimum Sprej
- OHSO probiotická čokoláda



Alergény vyvolávajúce alergickú rinitídu

- Peľ (tráva, kvety, stromy)
- Roztoče (V nadmorskej výške nad 1200 m.n.m. sa roztoče nevyskytujú, preto sa alergikom na roztoče odporúča horská klimatická liečba.)
- Zvieracie chlpy a perie (mačky, psy, zajace, morčatá, vtáky, atď.)
- Plesne

Kalendár alergií - Dreviny 2

Dreviny	Pagaštan	Borovica	Baza čierna	Pajaseň	Lipa	Cyprus	Buk	Gaštan	Olivovník	Brest	Topoľ
Január											
Február											
Marec										+	+
Apríl	+	+				+	+	+		+	+
Máj	+	+	+		+	+	+	+	+		
Jún			+	+	+						
Júl			+		+						

Kalendár alergií - Trávy

Trávy	Január	Február	Marec	Apríl	Máj	Jún	Júl	August	September	Október
Horčica				+	+					
Múrovník				+	+	+	+	+	+	
Sedmokráska			+	+	+	+	+	+	+	
Pýr						+	+	+		
Reznačka					+	+	+	+	+	
Kostrava						+	+	+		
Medúnok						+	+	+		
Mätonoh						+	+	+		
Kukurica							+	+	+	
Lipnica					+	+	+	+		
Timotejka					+	+	+	+		
Trst'								+	+	+
Psiarka					+	+	+			
Raž					+	+	+			