

**Chcete získat více informací
o alergii a možnostech léčby?**

Požádejte o radu svého alergologa.

Pylová alergie



Více informací o pylové alergii naleznete také na
www.jsem-alergik.cz

Informujte se



STALLERGENES CZ, s.r.o., Křenova 7, 162 00 Praha 6
tel.: +420 222 515 342, fax: +420 222 518 096
e-mail: info@stallergenes.cz

CZ-GEN-EDU-0314-exp-0319



0 alergie

Pylová alergie

Sezónní alergická rýma (dříve označovaná jako senná rýma) je důsledkem alergie na pylová zrnka (pylová alergie).

Pylová alergie je rozšířené onemocnění. Odhaduje se, že v Evropě jí trpí až 40 % populace.*



*D' Amato G. Allergy 2007; 62:976-990.

1. Co je to alergie?

Alergie je nepřiměřená reakce imunitního systému na kontakt s cizí látkou – alergenem. Pro někoho zcela neškodná látka může u citlivých osob vyvolat prudkou alergickou reakci.

Alergická reakce probíhá ve dvou fázích:

1. Tzv. senzibilizace, během které imunitní systém rozpozná danou látku a zapamatuje si ji jako alergen.
2. Vlastní alergická reakce, která se projeví při každém dalším kontaktu s alergenem.

2. Příznaky

Sezónní alergická rýma je reakcí organismu na zrnka pylu, která se dostanou do kontaktu se sliznicí nosu. Vrací se každý rok přibližně ve stejnou dobu, v závislosti na výskytu konkrétních pylů v ovzduší.

Příznaky, které se mohou objevit:

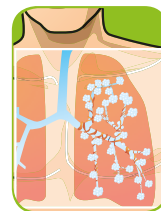
- vodnatá rýma,
- pocit ucpaného nosu,
- záchvaty kýchání,
- svědění na patře a/nebo v nose.

S alergickou rýmou je často spojen i alergický zánět spojivek se slzením, pálením a červenáním očí.



Neléčená alergická rýma se může zhoršovat a přejít až do průduškového astmatu s příznaky:

- obtížné dýchání s možným tlakem na hrudníku,
- suchý kašel,
- hvízdavé dýchání.



Pylová alergie snižuje kvalitu života

Způsobuje poruchy spánku, únavu, nepozornost či změny nálady, což negativně ovlivňuje každodenní činnosti v práci, ve škole i ve volném čase, například při sportu.

Poznejte svou alergii



■ Věděli jste?

K vyvolání alergické reakce stačí, aby se v ovzduší vyskytovalo pouhých 10–20 pylových zrn na metr krychlový.

● Co je to pyl?

Pyl jsou výtrusy samčích pohlavních orgánů rostlin.

Pyl se může šířit několika způsoby, nejčastěji pomocí:

a) hmyzu, který přenáší pyl z květu na květ. Alergickou reakci vyvolá pouze přímý kontakt se zdrojem pylu.

b) větru. Z hlediska alergie je nebezpečnější, protože v sezóně se pylovým zrnům lze jen velmi těžko vyhnout.

Dle původu pylu rozeznáváme tři hlavní pylové skupiny:



Trávy a obilniny

Trávy patří do čeledi *lipnicovité (Poaceae)* a jsou rozšířené po celém světě. Nejčastějšími zástupci v našich zeměpisných podmínkách jsou srha, tomka, jilek, lipnice a bojíněk. Obilniny patří do stejné čeledi a v podstatě lze říci, že se jedná o zušlechtěné trávy.



Stromy

Nejčastějšími zástupci v našich zeměpisných podmínkách jsou olše, bříza, líska, habr a dub.



Plevely

Do skupiny plevelů patří přibližně 50 000 druhů trvalek. Z hlediska respirační alergie jsou nejagresivnější pylly ambrózie, pelyňka a kopřiva.



Poznejte svou alergii

Pylový kalendář pro Českou republiku

Od února do září se v ovzduší pohybují pylová zrnka nejrůznějších druhů rostlin. Pořadí, v jakém se objevují, je každý rok relativně stejné.

Pylové kalendáře obsahují jen ty pyly, které jsou z hlediska pylové alergie nejvýznamnější.



	leden	únor	březen	duben	květen	červen	červenec	srpen	září	říjen
TRÁVY										
bojíněk										
jílek										
lipnice										
tomka										
srha										
PLEVELY										
ambrózie										
jítrocel										
kopřiva										
merlík										
pelyněk										
STROMY										
bříza										
dub										
habr										
jasan										
líška										
olše										
topol										

 Pylová sezóna (začátek a konec se může každoročně lišit v závislosti na počasí)



Jak bojovat s alergií?

Stanovit diagnózu

Je třeba navštívit alergologa, který zjistí příčinu vaší alergie a určí alergen (nebo alergeny) zodpovědný za alergickou reakci.

Stanovení diagnózy probíhá v několika krocích:

- podrobný rozbor obtíží, dosavadní léčby, prostředí a způsobu života,
- kožní testy – na vnitřní stranu předloktí se aplikují kapky alergenových extraktů, které umožní přesně určit alergen (případně alergeny), jenž způsobuje alergii,
- případné vyšetření krve pro doplnění a potvrzení diagnózy.

Řešit příčinu alergie

Alergenová imunoterapie (AIT) je jediná léčba, která řeší samu příčinu alergického onemocnění.

Princip alergenové imunoterapie spočívá ve snižování přecitlivělosti organismu na alergen. Dojde ke zmírnění příznaků alergie, a tím pádem se sníží i množství potřebných úlevových léků.

Alergenová imunoterapie má zároveň léčebný i preventivní účinek. Preventivně brání vzniku nových alergií a rozvoji alergického astmatu.

Alergenovou imunoterapii může na základě diagnózy předepsat pouze váš alergolog.

Omezit kontakt s alergenem

Pyl se v hojném množství vyskytuje ve vzduchu, zejména za teplých a slunečných dnů. Za větrného počasí může být nesen i na kilometry daleko.

Množství pylu v ovzduší klesá za deštivých, chladných a vlhkých dnů.

Několik opatření:



- Neprocházejte se v přírodě za suchých a slunečných dnů, pokud je právě sezóna pylu, na který jste alergický/á.



- Zavírejte okna, především v dopoledních a časných odpoledních hodinách, kdy je pylu v ovzduší nejvíce.



- V autě jeďte se zavřenými okénky.
- Nesekejte trávu.
- Večer před spaním si umývejte vlasy.
- Nesušte prádlo venku.

Zmírnit příznaky

Úlevové (symptomatické) léky existují v různých formách: nosní či oční kapky, nosní spreje, inhalační aerosoly, tablety, kapky, sirupy či injekce.

Některé poskytují pouze dočasné zmírnění příznaků (např. antihistaminika), některé se vyznačují dlouhodobějšími účinky v souvislosti s útlumem zánětlivých procesů při alergických reakcích (např. kortikosteroidy, antileukotrieny, kromony, některá antihistaminika).

Žádné z těchto léků však neřeší skutečnou příčinu vaší alergie.

Alergenová imunoterapie

Alergenová imunoterapie probíhá ve dvou fázích:

- **Úvodní (iniciální) léčba** spočívá v podávání postupně se zvyšujících dávek alergenů.
- **Udržovací léčba** spočívá v pravidelném a dlouhodobém užívání příslušné dávky alergenů po dobu několika let. Organizmus si tak na kontakt s alergenem zvyká a vytváří si snášenlivost.

Alergenová imunoterapie může mít tři formy:

- **Tablety podávané pod jazyk (sublingvální forma)**
Pro léčbu alergie na pyly trav je nyní alergenová imunoterapie dostupná i ve formě tablet.
- **Kapky podávané pod jazyk (sublingvální forma)**
- **Injekce (subkutánní forma)**
Injekce aplikuje lékař v ordinaci.



Klíč k úspěchu

Včasné zahájení léčby a pravidelnost při užívání jsou klíčem k úspěchu vaší léčby.

4 hlavní přínosy alergenové imunoterapie pro lepší kvalitu života:

1. Zmírňuje nebo časem dokonce odstraňuje příznaky alergie.
2. Snižuje množství užívaných léků.
3. Pomáhá preventivně bránit vzniku nových alergií.
4. Pomáhá preventivně bránit rozvoji alergické rýmy v alergické astma.

Při alergenové imunoterapii je důležité:

- Dodržujte předepsané dávkování a nevynechávejte bezdůvodně dávku.
- Včas si zajistěte u svého lékaře nový předpis, aby vám léky nedošly a nemuseli jste jejich užívání přerušit.
- Lék užívejte pravidelně a po celou dobu určenou vašim lékařem.
- Pokud přece jen přerušíte léčbu, poraďte se se svým lékařem na dalším postupu, aby nedošlo ke ztrátě dosud získaných pozitivních účinků léčby.