

## **Что такое поллиноз?**

Каждый из нас не раз слышал об аллергии у детей и взрослых на цветение растений.

Поллиноз, или аллергия на цветение, - это сезонное заболевание, возникающее из-за повышенной чувствительности к пыльце растений. Иммунная система человека воспринимает пыльцу как опасное вещество и начинает вырабатывать антитела для борьбы с ней.

Проявления этого заболевания могут возникнуть в любом возрасте, как у детей, так и у взрослых. Поллиноз не влияет на продолжительность жизни, но сильно ухудшает ее качество и способствует развитию такого тяжелого заболевания, как бронхиальная астма.

Аллергия на цветение развивается, когда в воздухе появляется пыльца определенных растений. Время появления зависит от климата, экологии региона, погоды и других условий.

Отмечается три пика подъема содержания пыльцы в воздухе это:

- вторая половина апреля - май, когда начинается цветение деревьев (береза, ольха, орешник),
- июнь - июль во время цветения луговых трав (тимофеевка, ежа сборная, овсяница, мятлик),
- август - сентябрь при цветении сорных трав (полынь, амброзия, одуванчик, лебеда).

Самые характерные признаки поллиноза - это проявления аллергического насморка и конъюнктивита.

Основными симптомами поллиноза являются: покраснение и отек слизистых носа и глаз, слизистое отделяемое из носа, чихание, заложенность носа, затруднение дыхания через нос, нарушение обоняния, появление зуда в носу, носоглотке, ушах и глазах, сухой кашель, ощущения инородного тела в глазах, светобоязнь и слезотечение.

### **Как отличить поллиноз от острой респираторно-вирусной инфекции?**

Поллиноз начинается сразу после встречи с аллергеном, температура повышается редко, а симптомы длятся неделями, пока в воздухе много пыльцы. Выделения из носа прозрачные и жидкие.

У заболевших острой респираторно-вирусной инфекцией симптомы заболевания длятся несколько дней, постепенно уменьшаются, когда организм начинает справляться с вирусом, выделения из носа через несколько дней густеют и меняют цвет, наступает выздоровление.

Для того, чтобы снизить воздействие пыльцы на организм нужно: избегать в период цветения поездок за город, походов в лес, ограничить пребывания на улице в сухую жаркую, особенно ветреную, погоду, проветривать комнаты только в вечернее время, днем окна должны быть плотно закрыты. Кроме того, после возвращения домой с открытого воздуха, необходимо сменить одежду, принять душ, использовать дома воздухоочиститель, ежедневно проводить влажную уборку.

### **Как лечить аллергию на цветение?**

Самостоятельное лечение поллиноза может привести к развитию осложнений или ухудшить состояние, поэтому, в первую очередь, нужно обратиться к участковому врачу, который, при необходимости, направит к врачу - аллергологу.

Специалисты Территориального фонда обязательного  
медицинского страхования Амурской области.