

Allergie

Informatie over
allergische rhinitis

Uniezorg
de specialist dichtbij ■

Allergie.

Alles over allergische rhinitis

In deze folder staat informatie over allergie en de klachten die daarbij horen. De KNO-arts van Uniezorg neemt deze informatie ook met je door tijdens de afspraak. Je kan de folder dus gebruiken om je voor te bereiden op dat gesprek of om na afloop alles nog eens rustig na te lezen.

Wat is allergische rhinitis?

Allergie is een overgevoelighedsreactie van het lichamelijke afweersysteem op onschadelijke stoffen, zoals stuifmeel, huidschilfers van dieren, huisstofmijt en schimmels. Deze stoffen, die altijd een soort eiwit bevatten, noemen we allergenen. Wanneer je allergisch bent voor deze stoffen kan dit voor verschillende klachten zorgen: neusverstopping, niezen, snotteren, tranende ogen en jeuk aan de ogen, neus en keel.

Wanneer overgevoeligheid voor allergenen zorgt voor een ontsteking van het neusslijmvlies, spreken we van allergische rhinitis.

Wat is hooikoorts?

Aan het eind van de vorige eeuw werd ontdekt dat allergische rhinitis voornamelijk voorkwam aan het einde van de zomer, tijdens het hooien. De ziekte werd daarom hooikoorts genoemd. Maar anders dan de naam doet voorkomen, wordt hooikoorts niet veroorzaakt door hooi, maar door stuifmeel van bloeiend gras of bomen (pollen). Hooikoorts is een vorm van

allergische rhinitis, maar het is niet de enige vorm. Je kunt allergisch zijn voor allerlei andere stoffen.

Wat zijn de belangrijkste allergenen?

Pollen en huisstofmijt zijn de belangrijkste allergenen. Huisstofmijt is een klein spinnetje dat in alle Nederlandse woningen voorkomt. Het is voor het blote oog net niet zichtbaar en op zich onschadelijk. Het beestje komt met name voor in huisstof en voedt zich voornamelijk met huidschilfers. Huisstofmijt leeft het prettigst in een warme, vochtige omgeving waar veel huidschilfers zijn, bijvoorbeeld in matrassen, kussens en vloerbedekking. Huisstofmijt komt het hele jaar voor, maar het aantal neemt in de herfst toe. Ook pollen van bloeiende bomen zijn belangrijke allergenen, vooral de pollen van wilgen en elzen, en diverse grassoorten. Er zijn ook mensen die overgevoelig zijn voor de huidschilfers van bepaalde huisdieren. Vaak gaat het om katten, honden, paarden en knaagdieren.

Welke klachten worden veroorzaakt door allergie?

Mensen die last hebben van allergische neusklachten kunnen in twee groepen worden ingedeeld. De eerste groep mensen heeft voornamelijk last van een waterige loopneus, niezen en soms ook van jeukende, tranende ogen. Zij zijn vaak allergisch voor pollen, anderen voor dieren. De tweede groep mensen heeft voornamelijk last van neusverstopping en soms van een loopneus. Astmapatiënten kunnen naast deze neusklachten ook last hebben van benauwdheid en een piepende ademhaling.

Ontsteking van het neusslijmvlies

De binnenzijde van de neus is bekleed met slijmvlies. Dit slijmvlies zit vol met klieren die slijm kunnen produceren. Dit slijm werkt als een beschermende laag tegen bacteriën en virussen. Als er te veel slijm in de neus zit, ga je snotteren. Als het slijmvlies verdikt is, krijg je juist een verstopte neus. Deze verdikking ontstaat als de bloedvaten in het neusslijmvlies tijdelijk bloed vasthouden en hierdoor dikker worden, wat gebeurt bij een allergieaanval.

Wat gebeurt er bij een allergieaanval?

Als een allergeen in de neus terechtkomt, reageert het neusslijmvlies hierop. Als je overgevoelig bent voor het allergeen, reageert het afweersysteem van de neus hier abnormaal op. Het allergeen bindt zich aan antistoffen die aan cellen in het neusslijmvlies verbonden zijn. Het binden van allergeen aan deze antistoffen stimuleert de cel en zorgt ervoor dat bepaalde stoffen vrijkomen, zoals histamine. Deze stoffen verwijden de kleine bloedvatjes met allergische verschijnselen, zoals een jeukende neus, niezen en neusverstopping tot gevolg.

Kan allergische rhinitis de oorzaak van andere problemen zijn?

Allergische rhinitis kan de (mede)veroorzaker zijn van verschillende andere ziekten en klachten. Hierbij gaat het onder meer om oorontstekingen, neusbijholtenontstekingen, hoesten, hoofdpijn en vermoeidheid. Vaak verminderen deze klachten als de allergie goed behandeld wordt.

Worden alle neusklachten veroorzaakt door allergie?

Niet alle neusklachten worden veroorzaakt door allergie. Neusklachten kunnen ook het gevolg zijn van infecties, irriterende stoffen en afwijkingen in de bouw van de neus. De bekendste infectie van de neus is een verkoudheid.

Sommige mensen reageren sterk op niet-allergische prikkelende stoffen zoals tabaksrook en (verf)luchtjes, maar ook op mist en temperatuurwisselingen. De klachten zijn dan bijvoorbeeld neusverstopping, niezen en een loopneus. Dit noemen we niet-allergische of vasomotore rhinitis. De neusklachten van allergische en vasomotore rhinitis kunnen op elkaar lijken. Bij veel mensen zijn de klachten zowel het gevolg van allergenen als van de andere hierboven genoemde oorzaken.

Onderzoek bij allergie

Met een allergietest op de huid verkrijgt de KNO-arts (aanvullende) informatie over het wel of niet bestaan van een allergie voor bepaalde stoffen. Deze test wordt uitgevoerd op het spreekuur Allergie zorg van Uniezorg. Je leest hier meer over in de folder 'Allergie huidtest' en op de website www.uniezorg.nl.

Wat kan je zelf doen?

Bij de behandeling van allergie is het heel belangrijk dat je contact met het allergeen zo veel mogelijk vermijdt. Dit is soms gemakkelijker gezegd dan gedaan. Je KNO-arts kan adviseren welke maatregelen in jouw geval noodzakelijk zijn.

De huisstofmijt leeft bij voorkeur in stof op warme vochtige plekken. Je kunt ervoor zorgen dat deze ruimten, waaronder de slaapkamer, zoveel mogelijk vrij gemaakt worden van huisstofmijt. Dit doe je als volgt:

- Zorg voor een droge (slaap)kamer door tijdig in het najaar de CV aan te zetten.
- Om huisstofmijten te doden, moet je beddengoed en gordijnen op 60 graden wassen.
- Eventueel kan je je matras en hoofdkussen beschermen met een huisstofmijtdichte hoes.
- Het hebben van gladde vloeren en het liefst dagelijks schoonmaken van deze vloeren met plakstofdoekjes en/of een natte dweil, voorkomt dat hier stof ontstaat waar huisstofmijten in kunnen leven.

In geval van een graspollenallergie is het nuttig om de hooikoortsberichten te volgen die in de maanden mei en juni worden uitgezonden, op radio, televisie en op internet.

Houdt in perioden dat er veel pollen in de lucht zijn, ramen en deuren zoveel mogelijk dicht. Ga als je veel last hebt niet te veel naar buiten. Op warme zonnige dagen zijn er vooral 's ochtends vroeg veel pollen in de lucht.

Als je allergisch bent voor een huisdier is het helaas de beste oplossing om het dier uit huis te plaatsen. Besluit je om dit niet te doen, houdt het dier dan in ieder geval uit de slaapkamer.

Welke medicijnen schrijft je arts voor?

Er zijn verschillende medicijnen die allergieklachten kunnen verminderen. Allergiemedicijnen zijn te verdelen in twee soorten. Je hebt beschermende middelen, die je continu moet gebruiken, en medicijnen die je gebruikt zodra er allergische

klachten zijn. De beschermende middelen bestaan meestal uit neusnevels met corticosteroid. Vooral bij neusverstopping helpen deze medicijnen het best. Antihistaminica helpen snel als er al klachten zijn. Deze medicijnen zijn verkrijgbaar als tablet, neusspray of oogdruppels/zalf.

Hyposensibilisatie is een kuur via prikken of smelttabletten. Dit is een vorm van immunotherapie en helpt vooral bij allergie voor gras- en boompollen. De behandeling duurt 3 tot 5 jaar. Hyposensibilisatie vermindert de gevoeligheid voor het betreffende allergeen, waardoor de allergische reactie minder hevig wordt. Lees voor meer informatie de folder immunotherapie bij allergische klachten of kijk op de website www.uniezorg.nl.

Vragen

Als je na het lezen van de informatie nog vragen hebt, die je graag aan de KNO-arts wil stellen, schrijf deze dan op en neem ze mee naar je afspraak. De KNO-arts beantwoordt ze graag.

Spreekuur Allergie zorg

Uniezorg Nijmegen – De Boog
Dick Boerrigterplein 2
6663 RC Nijmegen

Telefoon: (024) 2042626
E-mail: info@uniezorg.nl
Website: www.uniezorg.nl