

## Φθινοπωρινές αλλεργίες: Πώς προκαλούνται και πώς αντιμετωπίζονται

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι

γιατροί συνιστούν στους ασθενείς να υποβάλλονται σε αλλεργικό τεστ

Καταρροή, συνάχι, φτέρνισμα, ρινική συμφόρηση, βουρκωμένα μάτια, βήχας,

μαύροι κύκλοι κάτω από τα μάτια ταλαιπωρούν χιλιάδες ανθρώπους

Οι Φθινοπωρινές αλλεργίες είναι εξίσου ενοχλητικές με αυτές της Άνοιξης, έχουν παρόμοια συμπτώματα και αρκετές κοινές αιτίες. «Παρά το γεγονός ότι οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν συνδέσει την εποχική αλλεργία με την Άνοιξη, μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού υποφέρει ιδιαίτερα και το φθινόπωρο», αναφέρει ο χειρουργός ωτορινολαρυγγολόγος, Μηνάς Αρτόπουλος.

Σύμφωνα με τους επιστήμονες τα βασικά συμπτώματα που εμφανίζουν οι αλλεργίες κατά τους μήνες του Φθινοπώρου είναι, καταρροή, συνάχι, φτέρνισμα, ρινική συμφόρηση, βουρκωμένα μάτια, βήχας, μαύροι κύκλοι κάτω από τα μάτια, άσθμα, εξάνθημα με κνησμό μετά από έκθεση σε κρύο, κνησμός σε μύτη και μάτια. Σύμφωνα με επιστημονικές μελέτες τα βασικά υπεύθυνα αλλεργιογόνα για τις αλλεργίες του Φθινοπώρου είναι:

- Η γύρη από τα αγριόχορτα. Και αυτό γιατί παρόλο που τα αγριόχορτα ανθίζουν κυρίως τον Αύγουστο, η αναπαραγωγή τους και η παραγωγή της γύρης διαρκεί έως τον Σεπτέμβριο και τον Οκτώβριο.

- Τα ακάρεα. Η σχετικά υψηλή θερμοκρασία και η υγρασία είναι οι πλέον κατάλληλες συνθήκες για να αναπτυχθούν. Οι σχολικές αίθουσες διδασκαλίας που έχουν παραμείνει για πολύ καιρό κλειστές, όπως και τα χαλιά ή μοκέτες, τα στρώματα, οι κουρτίνες, τα χνουδωτά παιδικά παιχνίδια αποτελούν κατάλληλο περιβάλλον για την ανάπτυξη των ακάρεων που ευδοκιμούν μέσα στη σκόνη των κτιρίων, η ύπαρξή τους μάλιστα δεν εξαρτάται από το πόσο καθαρός είναι ο χώρος.

- Οι μύκητες. Οι σχολικές αίθουσες αφού έχουν παραμείνει κλειστές για μεγάλο χρονικό διάστημα, υπόγεια, αποθήκες, αλλά και χώροι με αυξημένη υγρασία (μπάνια σπιτιού), είναι το κατάλληλο περιβάλλον για την ανάπτυξη των μυκήτων, οι οποίοι ενοχοποιούνται για την αύξηση των κρίσεων άσθματος.

- Ισχυροί άνεμοι. Λόγω της διασποράς της γύρης, μπορεί να επιδεινώνουν τα συμπτώματα των αλλεργικών ατόμων.

Με την εμφάνιση των πρώτων συμπτωμάτων αλλεργίας, οι γιατροί συνιστούν στους ασθενείς να υποβάλονται σε αλλεργικό τεστ προκειμένου να εντοπιστεί το υπεύθυνο αλλεργιογόνο και να δοθεί η κατάλληλη θεραπευτική αγωγή, που θα αποφασιστεί από τον ειδικό γιατρό βάση του ιστορικού και της κλινικής εξέτασης, σημειώνει ο κ. Αρτόπουλος.

Το πρώτο μέτρο άμυνας, όσων έχουν πρόβλημα αλλεργίας, είναι η πρόληψη με

αποφυγή υπεύθυνου αλλεργιογόνου, εφόσον είναι γνωστό και είναι εφικτό, παραμονή σε κλειστό χώρο τις ώρες (10:00 -15:00) που η γύρη παρουσιάζει αυξημένη συγκέντρωση στην ατμόσφαιρα, χρήση μάσκας κατά τη διάρκεια καθαρισμού αυλής ή υπόγειων χώρων και καλό αερισμό κλειστών χώρων, ενώ πριν την ενεργοποίηση της θέρμανσης, καλός καθαρισμός των σωμάτων και αλλαγή των φίλτρων των κλιματιστικών.

**Πηγή:** [protothema.gr](http://protothema.gr)