



PATIENTEN

info

ALLERGIE

UNIVERSITAIRE
ZIEKENHUIZEN
LEUVEN



Inhoud

INLEIDING	1
ALLERGIE VOOR INGEADEMDE STOFFEN	3
huisstof(mijt)allergie.....	4
• permanente stofcontrole.....	5
dierenallergie	8
hooikoorts (pollinosis)	9
• hoe kunt u stuifmeel vermijden?.....	10
• wat is een hyposensibilisatiekuur?.....	11
GENEESMIDDELENALLERGIE.....	12
VOEDINGSALLERGIE EN VOEDINGSINTOLERANTIE.....	13
ALLERGIE VOOR BIJEN- EN WESPENGIF	14
CONTACTALLERGIE	15
LATEXALLERGIE	16
TER INFORMATIE.....	17

allergie

Allergie is een aandoening die zowel vrij onschuldige als belastende kwalen kan uitlokken. Mensen met een allergische aanleg kunnen immers abnormaal reageren op in wezen onschadelijke stoffen of allergenen.

Deze folder behandelt de meest voorkomende allergenen en geeft meteen een aantal praktische richtlijnen en tips om de klachten te beperken.

Wordt het u toch nog niet helemaal duidelijk of hebt u nog andere bekommernissen, aarzel dan niet contact met ons op te nemen.

Nuttige telefoonnummers en adressen vindt u achteraan in deze brochure.

Mensen met een allergische aanleg kunnen abnormaal reageren op één of meer onschadelijke stoffen of allergenen. In contact komen met die stoffen of allergenen kan zowel via de ademhaling, de voeding als de huid.

Voorbeelden van vaak voorkomende **allergenen** zijn huisstofmijt, huidschilfers van dieren, stuifmeel, schimmels, voedings- en geneesmiddelen, insectengif, nikkel en chroom.

Voorbeelden van **allergische reacties** zijn niezen en hoesten, kortademigheid en jeukende ogen, huiduitslag en eczeem. Ernstige allergische aandoeningen leiden zelfs tot bloeddrukverlaging en shock. Reacties kunnen al binnen vijf minuten maar ook tot twaalf uren na het contact optreden. Ze kunnen twaalf uren en zelfs langer duren.

allergie voor ingeademde stoffen

Allergie voor ingeademde stoffen kan uiteenlopende verschijnselen uitlokken, afhankelijk van de plaats waar de overgevoeligheid zich voordoet. Een of meer van die verschijnselen kunnen samen optreden.

In *de neus* veroorzaakt allergie klachten als jeuk, niezen, neusloop en neusverstopping.

De keel kan geïrriteerd raken met jeuk en een drukgevoel.

Hoesten, een piepende *ademhaling* en benauwdheid (astma) kunnen optreden.

De ogen reageren met jeuk, een branderig gevoel, tranen of kunnen rood doorlopen; ook de oogleden kunnen zwellen.

De huid kan reageren door jeuk, rode kwaddels, zwellingen of eczeem.

allergie voor ingeademde stoffen

huisstof(mijt)allergie

De huisstofmijt huist in de woning.

De mijt is een microscopisch klein spinnetje dat zich in leven houdt met huidschilfers van mens en dier. Ze gedijt het best in september bij temperaturen tussen 20 en 30 °C en een vochtigheidsgraad van 80 %. Haar voorkeursplaats bij uitstek is de slaapkamer.

de beste behandeling

De beste behandeling voor huisstofmijtallergie is dan ook een grondige schoonmaak of sanering van de slaapkamer en zoveel mogelijk van heel de woning.

U kunt het best beginnen in de slaapkamer omdat u in dit vertrek lang verblijft. De allergenen zitten er trouwens heel dicht bij de neus.

*permanente
stofcontrole*

- ❖ Zorg voor synthetische of katoenen gordijnen, synthetische dekens of dekbedden, hoofdkussens en matrassen.
- ❖ Was de lakens en kussenslopen eenmaal per week op een temperatuur boven de 60 °C.
- ❖ Sla het bed overdag niet dicht, zodat (transpiratie) vocht goed kan verdampen.
- ❖ Lucht of klop de hoofdkussens regelmatig buiten uit.
- ❖ Bescherm de matras liefst met een anti-allergisch overtrek dat bovendien waterafstotend is.
- ❖ Zorg voor een gladde vloerbekleding, b.v. linoleum, kurk, tegels of geplastificeerd parket.
- ❖ Berg kleding op in een gesloten kast. Nog beter is het een bergplaats voor kleding buiten de eigen slaapkamer in te richten.

*permanente
stofcontrole*

- ❖ Gebruik geen stofzuiger, bezem of borstel. Gebruik liever een vochtige doek, een statische plumeau of een vloerzwabber met een oliehoudend doekje.
- ❖ Kies bij voorkeur een slaapkamer aan de zonkant van het huis.

Ook de andere vertrekken van de woning kunt u het best stofarm houden:

- ❖ Houd de woning droog door aangepaste ventilatie en verwarming.
- ❖ Kies een gladde vloerbedekking zoals linoleum, kurk, geplastificeerd parket of tegels. Leg liever geen vast tapijt of matten.
- ❖ Zorg voor een gladde en afwasbare muurbekleding, b.v. verf of vinylbehang.
- ❖ Kies voornamelijk zitmeubilair met een plastic, houten, kunststof of lederen bekleding in plaats van een stoffen bekleding.
- ❖ Houd geen huisdieren, want die verhogen het risico op huisstofmijten in de woning.

permanente stofcontrole

- ❖ Plaats voorwerpen die stof aantrekken liever in een goed afgesloten kast. Echte stofhaarden zijn droogbloemen, pluchen of met pluimen gevuld speelgoed, veren, dierenharen, zaagsel of kapok, opgezette dieren en dierehuiden, boeken.
- ❖ Controleer mogelijke lekkages in W.C. en badkamer.
- ❖ Controleer de dakgoten en maak vochtdoorlatende muren droog.
- ❖ Laat de was buiten drogen of schaf een elektrische droogautomaat aan. De was binnen drogen is in ieder geval uit den boze.
- ❖ Jammer voor de bomen, maar als ze te dicht bij de woning staan, moeten ze weg. Het blijft immers steeds wat vochtig onder de bomen.
- ❖ Zorg ervoor dat in huis niet wordt gerookt.
- ❖ Vermijd sterk geurende stoffen zoals boenwas, ammoniak, parfum, deodorant, enz.

allergie voor ingeademde stoffen

dierenallergie

Dieren kunnen allergie veroorzaken door hun speeksel, huidschilfers, haren en veren. Maandenlang kunnen die in de omgevingslucht blijven hangen. Ook kunnen ze op kleding, op meubelen en op de vloer voorkomen. Tot de meest beruchte allergieverwekkers behoren de kat, het konijn, het Guinees biggetje, de hamster en de hond.

Daarnaast zijn ook duiven en paarden allergieverwekkers.

De (huis)dierenallergie kan dezelfde symptomen uitlokken als huisstofmijtallergie.

de beste behandeling

De beste behandeling voor dierenallergie is dan ook contact vermijden met huisdieren.

allergie voor ingeademde stoffen

hooikoorts (pollinosis)

Hooikoorts komt voor doordat het stuifmeel (pollen) van bepaalde plantensoorten zich tijdens de bloeiperiode in de lucht verspreidt. Vooral tijdens warme, droge en winderige dagen zijn er veel pollen in de lucht.

. van januari tot en met maart: *pollen van els en hazelaar*

. van april tot en met mei: *pollen van de berk*

. van mei tot en met juli: *graspollen*

. van juni tot en met augustus: *pollen van kruid- en onkruidachtigen*

Patiënten die last hebben van allergie voor bomen en onkruiden zijn vaak ook allergisch voor verse vruchten, groenten en kruiden.

Allergieverwekkers onder de *verse vruchten* zijn appels, kersen, perziken en noten.

Bij de *groenten* zijn dat vooral selder, tomaten, rauwe aardappelen en rauwe wortelen.

Als *kruid* noemt men paprikapoeder en mosterd als boosdoeners. De mogelijke allergische klachten zijn vooral jeuk in de mond, een wat opgezette keel of gezwollen, rode lippen.

De beste behandeling is het vermijden van die pollen waarvoor men allergisch is. Aangezien dit vaak niet haalbaar is, biedt medicatie een uitkomst. Zijn de aller-

***allergie voor
vruchten, groenten
en kruiden***

***de beste
behandeling***

hoe kunt u stuifmeel (pollen) vermijden?

gische verschijnselen echt hevig, dan is een *hyposensibilisatiekuur* soms aangewezen (zie pagina 11).

stuifmeel (pollen) vermijden

Neem volgende tips in acht tijdens de bloeiperiode van de planten waarvoor u gevoelig bent.

- ❖ Blijf binnen en houd de vensters dicht tijdens droge, zonnige en winderige dagen.
- ❖ Houd de slaapkamervensters dicht. U mag ze alleen openen op regendagen of als de kamer aan de windvrije zijde van de woning ligt.
- ❖ Reis bij voorkeur per boot of met het vliegtuig.
- ❖ Houd in de wagen best de ramen gesloten; eventueel kunt u in de auto filters op de luchtcirculatie laten plaatsen.
- ❖ Kies uw vakantiebestemming buiten het bereik van stuifmeel, b.v. aan zee, in het hooggebergte of buiten het bloeiseizoen (winter).
- ❖ Kies zoveel mogelijk beroep en hobby zó, dat contact met stuifmeel niet noodzakelijk is.

Polleninformatie

In de zomermaanden brengen Teletekst (tv 1, pag. 332) en het weerbericht u dagelijks op de hoogte van de pollenconcentratie of de hoeveelheid stuifmeelkorrels in de lucht.

wat is een hyposensibilisatiekuur?

Een hyposensibilisatie is soms nodig. Het komt er op neer de gevoeligheid voor allergie-uitlokkende stoffen te verminderen.

De kuur bestaat uit een instel- en een onderhoudsfase. Gedurende de instelfase worden oplopende concentraties van het gezuiverd extract van de stof, waarvoor men overgevoelig is, toegediend via een onderhuidse prik. Als de hoogste concentratie is bereikt, volgt de onderhoudsfase.

De behandeling dient minstens drie jaar te worden volgehouden om blijvend effectief te kunnen zijn. Soms gaat men zelfs vier of zelfs vijf jaar door met de behandeling.

geneesmiddelen- allergie

Verskillende soorten geneesmiddelen kunnen allergische reacties veroorzaken. De meest voorkomende klachten zijn huiduitslag en jeuk (b.v. roodheid of netelkoorts). Ook kortademigheid, gewrichtspijn, koorts en soms zelfs shock kunnen voorkomen.

de beste behandeling

De beste behandeling voor geneesmiddelenallergie is gewoon die geneesmiddelen waarvoor men allergisch is, niet meer te gebruiken. Daarom draagt een patiënt met geneesmiddelenallergie het best altijd een allergiepasje op zak.

voedingsallergie en voedingsintolerantie

Verschillende voedingsmiddelen kunnen allergische klachten geven. Vooral huiduitslag en jeuk (eczeem en netelkoorts) komen voor, soms ook kortademigheid en zelfs shock.

Echte voedingsallergie komt het meest voor *bij kinderen* onder de drie jaar maar kan ook bij volwassenen voorkomen. Bekende allergenen zijn koemelk, eieren en vis.

Bij volwassenen komt eerder voedingsintolerantie voor, ook wel pseudo-allergie genoemd. Pseudo-allergenen betreffen meestal de aan de voeding toegevoegde kleurstoffen en bewaarmiddelen. Ze kunnen echter ook voortkomen uit natuurlijke bestanddelen in chocolade, tomaten, schaaldieren en sommige alcoholische dranken.

Onder de rubriek 'Hooikoorts' (pag. 9) vindt u meer informatie over voedingsallergie.

De beste behandeling tegen voedingsmiddelenallergie is die voedingsmiddelen waarvoor men allergisch is niet meer gebruiken. De meeste voedingsmiddelen bieden u nog de mogelijkheid om ze te bereiden zodat ze niet meer allergisch kunnen werken. U kunt b.v. rauwe wortelen koken waardoor de allergieverwekkende stof verdwijnt.

***Voedingsallergie als
gevolg van hooikoorts***

***de beste
behandeling***

allergie voor bijen- en wespengif

Bij sommige mensen geven bijen- en wespstekingen rode bulten over het gehele lichaam en zwellingen rond de ogen, de lippen, de hals en in de keel. Een opgezwollen keel kan gevaarlijk zijn omdat hierdoor de luchtwegen vernauwen. Andere storende ongemakken zijn een piepende adem, een drukgevoel in de borst, misselijkheid, braken en diarree.

Bij acuut gevaar zijn echter doeltreffende geneesmiddelen beschikbaar.

de beste behandeling

De beste behandeling bij zeer hevige vormen van deze allergie is een blijvende bescherming door hyposensibilisatie.

contactallergie

Contactallergie of allergisch contacteczeem berust op een vertraagde allergische reactie, die optreedt na verschillende uren tot dagen. Ze wordt uitgelokt door contact van de huid met een allergieverwekkende stof.

De belangrijkste allergenen zijn:

- . metalen zoals nikkel en cobalt
b.v. in nepjuwelen
- . metaalzouten zoals chroomzouten
b.v. in cement en leder
- . rubbertoevoegstoffen
b.v. in rubberen handschoenen en laarzen
- . grondstoffen in cosmetica
b.v. parfums en bewaarmiddelen
- . farmaceutische producten
b.v. antibiotica, lanolinederivaten, enz.
- . harsen
b.v. in kleefpleister, in medische, industriële en andere toepassingen

De beste behandeling voor contactallergie is gewoon het contact met die produkten waarvoor men allergisch is, te vermijden.

*de beste
behandeling*

latexallergie

Latexallergie of allergie voor proteïnen in latex (natuurlijke rubber) uit zich in de vorm van roodheid en zwelling van de huid en treedt op onmiddellijk na het contact. Dit kan eventueel gepaard gaan met verschijnselen zoals niezen, kortademigheid en jeukende ogen. In ernstige gevallen leidt dit zelfs tot bloeddrukverlaging en shock.

Vooraf patiënten die veelvuldig in contact komen met natuurlijke rubberen voorwerpen, worden gemakkelijk latex-overgevoelig. Natuurlijke rubberen voorwerpen zijn voornamelijk handschoenen maar ook medisch materiaal, ballons, condooms, enz. Ernstige reacties doen zich vooral voor tijdens medische ingrepen omdat het medisch en verpleegkundig team handschoenen draagt of eventueel rubberen materiaal gebruikt.

Ook voedingsallergie voor vooral banaan, avocado, kiwi, paprika en kastanje kan voorkomen bij personen met latexallergie.

de beste behandeling

Preventie bestaat uit het dragen van latex-arme handschoenen zonder poeder.

Latex-allergische patiënten kunnen nog uitsluitend in contact komen met latex-vrije polyvinyl of 'synthetische' rubberen handschoenen.

ter informatie

- **Inwendige Geneeskunde**
Afdeling Allergie
Universitair Ziekenhuis Gasthuisberg
Herestraat 49, 3000 Leuven
Tel. (016)34 72 81
- **Kindergeneeskunde**
Afdeling Kinderallergie
Universitair Ziekenhuis Gasthuisberg
Herestraat 49, 3000 Leuven
Tel. (016)34 39 91
- **Neus-, Keel- en Oorziekten,**
Gelaat- en Halschirurgie
Universitair Ziekenhuis Sint-Rafaël
Kapucijnenvoer 33, 3000 Leuven
Tel. (016)33 23 48
- **Huidziekten**
Afdeling Contactallergie
Universitair Ziekenhuis Sint-Rafaël
Kapucijnenvoer 33, 3000 Leuven
Tel. (016)33 78 70

Realisatie en redactie:

Medisch team, verpleegkundigen en administratieve medewerkers van de diensten
Neus-, Keel- en Oorzakten, Gelaat- en Halschirurgie,
Inwendige Geneeskunde afd. Allergie en Dermatologie

Verantwoordelijke uitgever:

Diensten van de Algemene Coördinatie
Universitaire Ziekenhuizen Leuven
Herestraat 49, 3000 Leuven
tel.: (016)34 49 00

15.03.1996



