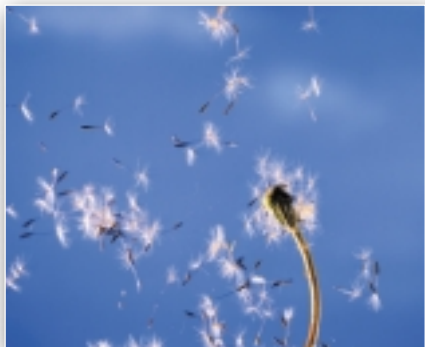


De nies in de neus

Hooikoorts is seizoengebonden en komt voor van maart tot augustus. Kranten, radio en de "pollenfoon" (0900-10073) berichten over de soort en de concentratie van de pollen.



Er is méér

Neusloop, verstopte neus, niezen, jeukende ogen, moeilijke ademhaling: je kan er het hele jaar last van hebben. Het gaat dan om **niet-seizoengebonden allergie**. Huisstof, mijten, dierenhaar, meel, verven en lijmen kunnen daarvan de oorzaak zijn.

Wat is allergie?

Wanneer je in contact komt met prikkelend materiaal, kan je daartegen antistoffen opbouwen. Die zetten zich vast op bepaalde cellen. Dan ben je "overgevoelig" of "allergisch". Later, bij een volgend contact, slaat de vreemde stof een brug tussen twee zulke cellen. Die barsten en vooral de vrijgekomen histamine speelt je dan parten.

Hoe helpen geneesmiddelen?

Langs de mond

Tijdens het hooikoortsseizoen neem je de medicatie elke dag.

Antihistaminica blokkeren de werking van histamine.

Sommige antihistaminica zijn slaapverwekkend en versterken het effect van alcohol. Automobilisten en arbeiders aan gevaarlijke machines zijn gewaarschuwd! Er bestaan combinaties met geneesmiddelen die de neus vrij maken. Mogelijke bijwerkingen zijn stijging van de bloeddruk en slapeloosheid. Deze combinaties zijn vooral te mijden bij glaucoom (= verhoogde druk in de ogen), prostaatlijden en zwangerschap. Bij borstvoeding zijn ze minder geschikt. Bij competitie sport zijn ze verboden. Je apotheker helpt je een gepaste keuze te maken. Vermeld steeds welke andere geneesmiddelen je nog gebruikt.

Cortisone wordt enkel gegeven bij een ernstige ontsteking en onder dokterscontrole. Een cortisonekuur wordt geleidelijk afgebouwd.



Plaatselijk

Ontzwellende neusdruppels openen de neus 4 tot 8 uur. Ze zijn niet geschikt bij allergie. De neus regelmatig spoelen met een fysiologische zoutoplossing kan tijdelijk helpen.

Neussprays met antihistaminica en cortisone vormen een goed alternatief voor tabletten. Cortisone is bovendien lager gedoseerd in neussprays dan in tabletten. Je gebruikt deze sprays doorgaans tweemaal daags. Enkele antihistaminica zijn beschikbaar onder de vorm van **oogdruppels**.

Enkele alternatieven

Cromoglycaat is minder actief dan cortisone. Je moet de behandeling minstens 3 weken voor een mogelijke allergieaanval starten. Dit geneesmiddel wordt vooral bij kinderen gebruikt.

Inenting (wekelijks of maandelijks) geven je lichaam een grotere weerstand tegen allergie. Zo een behandeling duurt een drietal jaar.

Homeopathie geeft wisselende resultaten. Het gaat meestal over preparaten met stuifmeel.

Wat belangrijk is bij allergie

Seizoengebonden

- Sluit vensters bij een winderige zomerdag.
- Laat tijdens een autorit ramen en schuifdak dicht.
- Plan de vakantie: zee- en berglucht boven de 1500 meter zijn pollenrijk.
- 's Morgens, 's avonds en na een regenbui is de concentratie aan stuifmeel laag.



- Elimineer de huismijt! Lucht dagelijks het bed en klop tweemaal per week hoofdkussens en deken uit. De matras wekelijks stofzuigen of overtrekken met een plastic hoes is aanbevolen. Verkijs beddengoed uit synthetische stoffen.
- Hamster, paard, konijn, duif, kat en hond kunnen hooikoortsaanvallen veroorzaken.
- Eet geen nootjes, krab, garnaal of avocado.
- Vermijd stofnesten zoals dubbele gordijnen en pluche dieren.
- Stof meubelen af met een vochtige doek.

In volgende Geneesmiddelenwijzer
Over aambeien gesproken

EEN ADVIES VAN JE  APOTHEKER

Verantwoordelijke uitgever: Gert Laekeman - Apotheeker-farmacoloog
Geneesmiddelenvoorlichting K.U. Leuven
Kava D/2003/3286/05

39

Redactie en realisatie:
Comité Farmacotherapie
Kon. Apoth. Ver. Antwerpen