

L'Al·lèrgia

Com es diagnostica una al·lèrgia?

La forma més sencilla es realitzar unas pruebas alérgicas cutáneas, aplicando el alérgeno en la piel y realizando una pequeña punción a través de él (inoculación). Si al cabo de unos minutos, hay una inflamación alrededor de la zona de inoculación indica que existe una sensibilización a dicho alérgeno y que es el responsable de la alergia del paciente.

Existen también métodos de laboratorio, que detectan en sangre los anticuerpos IgE específicos de cada alérgeno.

Control i tractament

Habitualment les persones al·lèrgiques saben setmana abans o setmana després, quan començaran els seus símptomes, per haver-ho experimentat anteriorment altres anys. Però cada any varia, ja que la concentració dels pólenes està determinada, per les precipitacions de pluja:

- Els anys de sequera prèvia a l'època de pol·linització, determinen la menor floració i per tant la menor producció de pol·len. Es Retarda la pol·linització (amb el que els símptomes de les persones al·lèrgiques apareixen més tard) i es reduïx la quantitat de pol·len alliberat per les flors (els símptomes són més lleus) i el temps de pol·linització s'acurta (i els pacients estan menys temps amb símptomes).
- Els anys molt plujosos, si les precipitacions de pluja ocorre simultàniament amb l'època de pol·linització la pluja impedit que el pol·len puga ser transportado pel vent ja que al mullar-se precipita. Bé és conegut, des dels primers estudis del pol·len com a causant de què es va cridar la "febra del fenc", que la pluja millora estos pacients. Quan fem els recomptes de pol·len és ben evident que els dies de pluja el pol·len pareix.

El desconeixement del que és l'al·lèrgia i el que suposa, pot dificultar la vida de la persona afecta, especialment dels xiquets. Per a evitar açò és fonamental que els pacients al·lèrgics:

- Coneguen que alérgenos i situacions han d'evitar (modificar hàbits) i com canviar el seu tractament en resposta a qualsevol deteriorament de la seua malaltia.
- Aprenguen els conceptes i habilitats necessaris, perquè puguen cooperar en el seu tractament i controlar la seua malaltia, millorant la seua qualitat de vida.
- Acudisquen al seu especialista per a controlar i tractar la seua al·lèrgia, no oblide que és una malaltia crònica i seria un fracàs només preocupar-se de la seua malaltia en els episodis aguts, quan estos amb un bon seguiment es poden evitar o controlar.

En cas de patir algun tipus d'al·lèrgia, el tractament més eficaç és evitar el desencadenant, per al que hauria de ser estudiat per un Alergólogo a fi d'identificar que està sensibilitzat i poder actuar en conseqüència.

Quan l'alérgeno són els pólenes no podem fer res per a reduir-los en l'ambient, però si per a reduir la quantitat d'ells que arriba fins nosaltres, per a ells podem fer coses com:

- Evitar anar a zones on es coneix que abunden.
- Mantindre tancades les finestres i balcons de la vivenda.
- Viatjar amb les finestretes del cotxe tancades i instal·lar en l'automòbil un filtre de pol·len. - Instal·lar un humidificador en el domicili.
- Triar la platja en lloc del camp per a fer excursions.

La persona al·lèrgica hauria de tindre sempre a mà la medicació que necessitaria en cas de presentar símptomes (antihistamínicos, cromoglicato, broncodilatadors, etc.) i començar a utilitzar-ho, seguint les indicacions del seu Metge, en quant s'inicien els símptomes. S'ha de tindre molt en quanta que alguns antihistamínicos poden produir somnolència i no es poden

utilitzar si ha de conduir o realitzar treballs que comporten riscos (maneig de maquinària, per exemple).

La immunoteràpia (vacunes) és el tractament més eficaç a llarg termini, a més que moltes vegades evitarà que les persones al·lèrgiques que tenen rinitis evolucionen a asma.

L'estricta supervisió del metge especialista (Alergòleg, Pneumòleg, Otorino, Pediatre) és fonamental en el control i seguiment de la seua malaltia

Per a mantindre una bona qualitat de vida de vosté i de la seua família visite a l'especialista.

L'al·lèrgia a València

El pol·len, com al·lergen ocupa un segon lloc, en orde d'importància, en l'etiologia de problemes al·lèrgics, després dels àcars, en el nostre ambient, al contrari del que ocorre en altres latituds tant de la nostra Comunitat València com d'altres zones geogràfiques d'Espanya.

La ciutat de València, pel seu caràcter costaner, quant a la importància al·lèrgica del pol·len, es beneficia de la humitat que suposa la proximitat al mar.

Açò no vol dir que no hi haja al·lèrgia al pol·len a València, però sempre és més benigna que en zones seques. De fet, és ben sabut que, persones al·lèrgiques a pol·len de gramínies o olivera que des de Castella o Andalusia canvien la seua residència a València milloren espectacularment de les seues molèsties quan arriba l'època pol·línica.

Per orde d'importància, en quant que hi ha nombre més gran de casos trobem:

1r.- Olivera

2n.- Parietària

3r.- Gramínies+ o Poaceas.

Si considerem l'orde cronològic d'aparició en primer lloc està el pol·len de cupresàcies, seguit de platanàcies, en tercer lloc parietària i a continuació olivera i gramínies. Ja, en ple estiu, poden tindre problemes les persones al·lèrgiques a Xenopoidaceas.

Segons el grau de sensibilització, cada persona al·lèrgica reaccionària davant d'una determinada concentració atmosfèrica del pol·len a què és sensible. Les xifres que es donen en una determinada regió no ens servixen en altres. Per exemple, a València mai s'aconseguixen concentracions de més de 200 grans de pol·len per metre cúbic d'aire, de pol·len d'olivera, mentres que esta xifra, a Andalusia, es consideraria de baix risc.

Webs d'interés

Societat Espanyola d'Al·lèrgia i immunologia Clínica: www.seaic.es

Guia Espanyola per al Maneig de l'Asma: www.gemasma.com

Asmayepoc : www.asmayepoc.com

Societat Americana de Pulmó: www.lungusa.org

www.Lacasadelaalergico.com

Organització Mundial de la Salut: www.who.org

Societat Espanyola de Neumologia i Cirurgia Toràctica: www.separ.es