

Allergie

De Keel- Neus- en Oorarts (KNO-arts) heeft u verteld dat allergie mogelijk een van de oorzaken van uw klachten is. In deze folder kunt u nalezen wat allergie is.

Wat is een allergie?

Allergie is een overgevoeligheidsreactie van het afweersysteem van het lichaam op onschadelijke stoffen, zoals stuifmeel, huidschilfers van dieren, huisstofmijt en schimmels. Deze stoffen, die altijd een soort eiwit bevatten, worden allergenen genoemd. Allergie voor deze stoffen geeft klachten van neusverstopping, niezen, snotteren, tranende ogen en jeuk aan ogen, neus en keel.

Neusklachten als gevolg van irriterende (chemische) stoffen, zoals tabaksrook of verflucht, worden niet veroorzaakt door allergie. Iedereen kan in meer of mindere mate last hebben van deze stoffen.

Wat is hooikoorts ?

Aan het eind van de vorige eeuw werd ontdekt dat de klachten van allergie voornamelijk voorkwamen aan het einde van de zomer, tijdens het hooien. De ziekte werd daarom 'hooikoorts' genoemd. Maar hooikoorts wordt niet veroorzaakt door hooi, maar door stuifmeel van bloeiend gras. Omdat allergie ook veroorzaakt kan worden door allerlei andere stoffen kan beter gesproken worden over 'allergische rhinitis', dat allergische reactie van de neus betekent.

Wat zijn de belangrijkste allergenen?

De belangrijkste oorzaken van allergische aandoeningen zijn de huisstofmijt en bloeiend gras (verantwoordelijk voor hooikoorts). Dierlijke producten, zoals huidschilfers van katten, honden, paarden en knaagdieren, kunnen ook allergische klachten veroorzaken. De huisstofmijt is minder dan een halve millimeter groot. Het is een onschadelijk spinnetje dat in alle Nederlandse huizen voorkomt. Het beestje leeft vooral in huisstof en voedt zich voornamelijk met huidschilfers.

Het leeft het prettigst in een warme, vochtige omgeving waar veel huidschilfers zijn, bijvoorbeeld in matrassen, kussens en vloerbedekking. Vooral het bed is een favoriete plaats. Huisstofmijten komen het hele jaar voor, maar hun aantal neemt in de herfst toe.



De huisstofmijt, sterk vergroot

Welke klachten veroorzaakt de allergie?

Mensen die last hebben van allergische neusklachten kunnen worden ingedeeld in twee groepen. De eerste groep, die ook wel de 'lopers' worden genoemd, hebben voornamelijk last van een waterige

loopneus, niezen en soms ook jeukende, tranende ogen. De meeste 'lopers' zijn allergisch voor pollen, sommige voor dieren.

De tweede groep, de 'blokkers', hebben voornamelijk last van neusverstopping en soms van een loopneus. Astmapatiënten kunnen naast deze klachten van de neus ook last hebben van benauwdheid en een piepende ademhaling.

Hoe werkt de neus?

De binnenzijde van de neus is bekleed met slijmvlies. Dit slijmvlies zit vol met klieren, die slijm kunnen produceren en met bloedvaten. Normaal wordt er precies genoeg slijm gemaakt om de neus 'prettig' nat te houden. Het slijm in de neus werkt als een beschermende laag tegen bacteriën en virussen.

Te veel slijm in de neus veroorzaakt snotteren. Naast te veel slijm in de neus, veroorzaakt met name een verdikking van het neusslijmvlies neusverstopping. Deze slijmvliesverdikking ontstaat als de bloedvaten in het neusslijmvlies tijdelijk bloed vasthouden en hierdoor toenemen in dikte, zoals bij een aanval van allergie.

Wat gebeurt er bij een allergieaanval ?

Als een allergeen (bijvoorbeeld stuifmeelkorrels van gras) in de neus terechtkomt, ontstaat een reactie van het neusslijmvlies. Het afweersysteem van de neus reageert abnormaal op het allergeen waarvoor men overgevoelig is. Het allergeen bindt zich aan antistoffen (zoals Immunglobuline E) die aan cellen in het neusslijmvlies gebonden zijn. De binding van allergeen aan deze antistoffen stimuleert de cel waardoor bepaalde stoffen vrijkomen, zoals histamine. Deze stoffen verwijden kleine bloedvaatjes en dit heeft de verschijnselen van allergie, zoals een jeukende neus, niezen en neusverstopping tot gevolg. Dit wordt allergische rhinitis genoemd.

Allergische rhinitis oorzaak andere problemen?

Verscheidene ziekten en klachten kunnen (ook) veroorzaakt worden door een allergische rhinitis. Dit zijn onder andere oorontstekingen, neusbijholtenontstekingen, hoesten, hoofdpijn en vermoeidheid. Vaak vermindert dit als de allergie goed behandeld wordt.

Alle neusklachten veroorzaakt door allergie?

Niet alle neusklachten worden veroorzaakt door allergie. Neusklachten kunnen ook veroorzaakt worden door infecties, irriterende stoffen en afwijkingen in de bouw van de neus. De bekendste infectie van de neus is een verkoudheid. Een gewone verkoudheid is binnen 1 week weer over.

Sommige mensen reageren sterk op niet-allergische prikkelende stoffen (irritantia) zoals tabaksrook, (verf)luchtjes, mist en temperatuurwisselingen met neusverstopping, niezen en loopneus. Dit wordt niet-allergische of vasomotore rhinitis genoemd.

De neusklachten van allergische en niet-allergische rhinitis kunnen op elkaar lijken. Bij veel mensen worden klachten zowel door allergische stoffen als door irritantia veroorzaakt.

Onderzoek KNO-arts naar allergie

Via een bloedmonster kan bepaald worden of men allergisch is, en zo ja, voor welke stoffen. Het duurt meestal twee tot drie weken voor de uitslag van dit onderzoek bekend is.

Mochten er twijfels bestaan over een bepaalde stof, dan kan dit eventueel verder worden uitgezocht door de stof direct in de neus te spuiten en te meten welke reactie er optreedt. Dit is een tijdrovend onderzoek, dat meestal niet nodig is.

Vermijd contact met voornaamste allergenen

Bij de behandeling van allergie is het zeer belangrijk dat contact met het allergeen zo veel mogelijk wordt vermeden. Dit is soms gemakkelijker gezegd dan gedaan. De huisstofmijt leeft in stof bij voorkeur op warme vochtige plekken. Het zoveel mogelijk vrij maken van huisstofmijt noemt men saneren. Er zijn veel en uitgebreide adviezen over saneringsmogelijkheden.

Hier volgen de belangrijkste:

- De belangrijkste ruimte in huis waar de huisstofmijt bestreden moet worden is de slaapkamer. Zorg voor een droge slaapkamer door tijdig in het najaar de CV aan te zetten.
- Om huisstofmijten te doden, moeten beddengoed en gordijnen bij
- 60 graden worden gewassen. Eventueel kan het matras en hoofdkussens beschermd worden met een huisstofmijt dichte hoes.
- Maak gladde vloeren dagelijks met 'plakstofdoekjes' en/ of natte dweil schoon. Dit voorkomt dat hier stof ontstaat waar huisstofmijten in kunnen leven.

Meer informatie en adviezen over saneringsmaatregelen tegen huisstofmijt kunt u vinden bij het Longfonds, telefoon: [\(0333\) 43 41 212](tel:03334341212) of via de website: www.longfonds.nl

U kunt met de KNO-arts bespreken welke maatregelen in uw geval zinvol zijn.

Luchtfilterapparaten hebben geen aangetoond effect op klachten veroorzaakt door allergie. Het aanschaffen van zo'n apparaat wordt daarom niet aangeraden.

Houdt in de maanden mei en juni, als er veel pollen in de lucht zijn, ramen en deuren zoveel mogelijk dicht. Ga, als u veel last heeft, niet te veel naar buiten. Vooral 's ochtends vroeg, op warme zonnige dagen, zijn er veel pollen in de lucht.

Als u allergisch bent voor een huisdier is de beste oplossing het dier het huis uit te doen. Als u besluit dit niet te doen, houdt het dier dan in ieder geval uit de slaapkamer.

Welke medicijnen schrijft uw arts voor?

Medicijnen tegen allergie worden verdeeld in beschermende middelen, die continu gebruikt moeten worden en medicijnen die gebruikt worden als er reeds klachten van allergie zijn. De beschermende middelen zijn meestal neussprays die corticosteroïden bevatten. Vooral bij klachten van neusverstopping helpen deze medicijnen het best.

Antihistaminica helpen snel als er al klachten zijn. Deze medicijnen kunnen gegeven worden als tablet, als neusspray of als oogdruppels/zalf. Bij minder heftige klachten kunnen ook cromoglicaat bevattende neusspray of oogdruppels worden gebruikt.

Ook wordt er tegenwoordig immunotherapie toegepast. Bij immunotherapie wordt gedurende een lange periode kleine hoeveelheden van het allergeen (de stof waarvoor iemand allergisch is) bij een patiënt toegediend. Dit gebeurt door middel van druppels onder de tong (sublinguale immunotherapie)

te laten oplossen. Hierdoor kan het afweersysteem gewend raken aan deze stof met als gevolg dat de allergische klachten zullen afnemen of zelfs verdwijnen.

Contact

Als u na het lezen van deze brochure nog vragen heeft, kunt u - tijdens kantooruren - contact opnemen

- HagaZiekenhuis Den Haag: polikliniek KNO, (070) 210 2602.
- HagaZiekenhuis Zoetermeer: polikliniek KNO, maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 16.30 uur, (079) 346 25 93.

Zie ook onze website <https://www.hagaziekenhuis.nl/specialismen/kno/>

Bron:

Nederlandse Vereniging voor Keel-Neus-Oorheelkunde en Heelkunde van het Hoofd-Halsgebied

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen van de folder enkele vragen beantwoorden? De vragen vindt u via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Hartelijk bedankt alvast.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

