

Het stuifmeel van grassen vormt in onze streken de voornaamste bron van pollinosis. De symptomen van hooikoorts zijn het hevigst als de concentratie van stuifmeelkorrels in de lucht het grootst is. Dit is op warme en winderige dagen. Graspollen is uiterst licht en kan zodoende door de wind eenvoudig over grote afstanden worden meegevoerd. Vandaar dat graspollen ook last kan geven op plaatsen waar men wellicht niet zou verwachten (in de binnenstad bijvoorbeeld).

KLACHTEN

De klachten kunnen van verschillende aard zijn:

Neus:

Jeuk, pijn, niezen, neusloop (helder, later vaak gekleurd), verstopping

Mond, keel, oren:

Jeuk, pijn en soms zwelling van de slijm vliezen met drukgevoel

Longen:

Hoesten, piepende ademhaling (astma en/of bronchitis) gepaard gaande met een gevoel van benauwdheid

Ogen:

Jeuk, pijn en brandend gevoel, tranenvloed, roodheid van het oogwit, zwelling van het oogvlies en oogleden en soms irritatie

Huid:

Jeuk, roodheid en zwelling (netelroos), ontstaan en toenemen van huiduitslag

Algemeen:

Moeheid, hoofdpijn, lusteloosheid

De beste methode om overgevoeligheidsverschijnselen te voorkomen is elk contact met de verantwoordelijke stoffen (deze noemt men "allergenen") te vermijden. Dit is niet eenvoudig en in bepaalde gevallen is dit zelfs onmogelijk.

BEHANDELING

Een bewezen overgevoeligheid voor stuifmeelkorrels kan op verschillende wijzen worden behandeld:

- Behandeling met geneesmiddelen.
- Specifieke hyposensibilisatie.

Dit is een behandeling d.m.v. een reeks onderhuidse injecties met allergeen-extract waardoor de overgevoeligheid voor stuifmeelkorrels in de loop van enkele jaren vermindert. Bij de behandeling wordt, door het inspuiten van kleine hoeveelheden allergeen, het afweersysteem van het lichaam geactiveerd. Er worden antistoffen aangemaakt, waardoor men gedurende de periode van stuifmeelvorming minder of geen klachten meer heeft.

- Een combinatie van geneesmiddelen en specifieke hyposensibilisatie is ook mogelijk.

De te volgen behandeling is individueel van patiënt tot patiënt en dient met de behandelende arts te worden besproken.

ADVIEZEN

Gedurende de periode van stuifmeelvorming moet het contact met de stuifmeelkorrels zoveel mogelijk worden vermeden.

Op droge, zonnige en winderige dagen blijft men het best zoveel mogelijk binnenshuis en houdt men de deuren en de vensters dicht (ook tijdens de nacht). Grassen en takken van bomen en struiken waarvoor men overgevoelig is, mogen zeker niet in huis worden genomen. Een wandeling in de "vrije natuur" is zeker af te raden. Men reist bij voorkeur op regenachtige dagen ofwel kiest men een vlieg- of bootreis. Bij het rijden met de wagen moeten de vensters en het dak gesloten blijven. Bij het kiezen van een vakantie laat men zijn/haar keuze het best vallen op plaatsen waar weinig stuifmeel voorkomt (aan de kust, het strand, de zee, grote meren of in het gebergte). Men kan ook een plaats kiezen waar op het moment van verblijf geen bloeiperiode is, ofwel een andere periode in het jaar kiezen (b.v. winter) om vakantie te nemen. Bij de keuze van een beroep of van een hobby dient men rekening te houden met een eventuele overgevoeligheid voor bepaalde stoffen en kist men niet voor die vakken waar frequent contact met stuifmeel mogelijk is.

Tijdens de periode van stuifmeelvorming moeten enkele leefregels goed worden gevolgd:

- Een regelmatig leven leiden met gezonde voeding en goed slapen (=goede weerstand).
- De ramen worden alleen geopend bij regenweer en aan de zijde van het huis die van de wind af is.
- Het contact met niet specifieke prikkels (temperatuurwisselingen, afkoeling, tocht, chemicaliën zoals chloor en ammoniak, parfums, tabaksrook, enz.) moet zoveel mogelijk worden vermeden.

