

## Η αλλεργική ρινίτιδα θεραπεύεται!

Η αλλεργική ρινίτιδα αποτελεί ένα από τα συχνότερα χρόνια αλλεργικά νοσήματα καθώς φαίνεται να αφορά το 25% του γενικού πληθυσμού. Μπορεί να εμφανισθεί σε οποιαδήποτε ηλικία, ωστόσο πρωτοεμφανίζεται συνήθως σε νέους.

### Τι είναι η αλλεργική ρινίτιδα

Η αλλεργική ρινίτιδα είναι μια αντίδραση υπερευαισθησίας του ατόμου σε εισπνεόμενα σωματίδια που ονομάζονται αεροαλλεργιογόνα. Το ανοσοποιητικό σύστημα του αλλεργικού ασθενή αναγνωρίζει λανθασμένα τα αλλεργιογόνα ως "επικίνδυνα" και το αποτέλεσμα είναι η αλλεργική φλεγμονή. Τα βασικότερα αεροαλλεργιογόνα στην Ελλάδα είναι γύρεις φυτών (ελιά, γρασίδι, περδικάκι), τα ακάρεα της οικιακής σκόνης, το επιθήλιο της γάτας, του σκύλου και οι μύκητες.

### Ποια είναι τα συνηθέστερα συμπτώματα;

Ένα ή περισσότερα από τα παρακάτω συμπτώματα μπορεί να ταλαιπωρούν τον αλλεργικό ασθενή:

- καταρροή, συμφόρηση (μπούκωμα), κνησμός στη μύτη, τον φάρυγγα ή τα αυτιά, παρμολί,
- συμπτώματα από τα μάτια όπως κνησμός, ερυθρότητα, δακρύρροια, (αλλεργική επιπεφυκίτιδα)

Τα συμπτώματα μπορεί να είναι εποχικά (κυρίως την άνοιξη) ή ολοετή, ανάλογα με το υπεύθυνο αλλεργιογόνο και συνήθως επηρεάζουν σημαντικά την ποιότητα ζωής του ασθενούς.

### Μπορεί η αλλεργική ρινίτιδα να συνοδεύεται από άλλες παθήσεις;

Η αλλεργική ρινίτιδα αποτελεί συχνά ένα μόνο κομμάτι του παζλ της λεγόμενης "**ατοπικής πορείας**" των ασθενών. Συχνά, η "πορεία" αυτή ξεκινάει στα βρέφη με την εμφάνιση **ατοπικής δερματίτιδας**, συνεχίζει με την εμφάνιση **ρινίτιδας**, συνήθως στα παιδιά πρώτης σχολικής ηλικίας, ενώ ένα σημαντικό ποσοστό των παιδιών με αλλεργική ρινίτιδα θα εμφανίσει μελλοντικά και **αλλεργικό βρογχικό άσθμα**.

### Η διάγνωση

Η διάγνωση της αλλεργικής ρινίτιδας γίνεται από τον ειδικό αλλεργιολόγο και βασίζεται στη λήψη ιστορικού, στην κλινική εξέταση και στη διενέργεια αλλεργικών τεστ στο δέρμα (prick tests). Συχνά τίθεται θέμα διαφορικής διάγνωσης καθώς περίπου το 40% των ασθενών που φθάνουν στον αλλεργιολόγο μπορεί να πάσχουν από κάποια άλλη, μη αλλεργική ρινίτιδα, όπως για παράδειγμα η φαρμακευτική ρινίτιδα, ή από χρόνια παραρρινοκολπίτιδα.

## Υπάρχει θεραπεία;

Η θεραπεία της αλλεργικής ρινίτιδας βασίζεται στην αποφυγή, τη φαρμακοθεραπεία και την ανοσοθεραπεία.

Τα **μέτρα αποφυγής** τις περισσότερες φορές είναι πρακτικά ανεφάρμοστα, με εξαίρεση την απομάκρυνση γάτας ή σκύλου από το σπίτι του αλλεργικού ασθενή. Σε ό,τι αφορά τα ακάρεα της σκόνης συνιστώνται συγκεκριμένοι κανόνες υγιεινής με σκοπό να μειώσουν το φορτίο των ακάρεων στο χώρο σας. Η αποφυγή της γύρης είναι αδύνατη καθώς οι γυρεόκοκκοι ταξιδεύουν χιλιόμετρα. Ωστόσο, ο αλλεργιολόγος μπορεί να σας δώσει οδηγίες για τη μείωση της έκθεσης στη γύρη.

Σήμερα υπάρχουν πολλά ασφαλή και αποτελεσματικά **φάρμακα** για τον έλεγχο των συμπτωμάτων της αλλεργικής ρινίτιδας. Γνωρίζοντας το υπεύθυνο αλλεργιογόνο και με βάση την εποχική κατανομή συνιστάται έγκαιρη έναρξη της αγωγής πριν από την έναρξη των συμπτωμάτων, η οποία θα πρέπει να συνεχίζεται συστηματικά.

Η μόνη θεραπεία που μπορεί να τροποποιήσει τη φυσική πορεία της αλλεργικής ρινίτιδας είναι η **ανοσοθεραπεία**, δηλαδή η ελεγχόμενη χορήγηση του αλλεργιογόνου στον ασθενή με σκοπό να το ανέχεται (να μην είναι πλέον αλλεργικός). Υπάρχουν δύο τρόποι χορήγησης ανοσοθεραπείας: η **υποδόρια ανοσοθεραπεία**, με μηνιαία ενέσιμη χορήγηση και η ανοσοθεραπεία με **υπογλώσσιες σταγόνες** που προτιμάται κυρίως στα παιδιά. Και οι δύο τρόποι χορήγησης είναι εξίσου αποτελεσματικοί όταν γίνεται κατάλληλη επιλογή του ασθενή και των αλλεργιογόνων που θα χρησιμοποιηθούν. Η επιλογή βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στην προσωπική προτίμηση του ασθενή. Η διάρκεια της θεραπείας είναι από 3-5 έτη και το σημαντικότερο είναι ότι τα αποτελέσματα διατηρούνται μετά τη λήξη της θεραπείας. Αν συνυπάρχει ήπιο άσθμα μπορεί να βελτιωθεί ενώ ταυτόχρονα στα παιδιά μειώνεται η πιθανότητα εμφάνισης αλλεργικού άσθματος καθώς και η πιθανότητα κάποιας νέας ευαισθητοποίησης.