

حساسية الربيع (Spring Allergy)



ما هي حساسية الربيع (Spring Allergy)

هي ظهور أعراض فرط التحسس الأنفي أو تقدمها في فصل الربيع، ويحفزها التعرض لحبوب لقاح الأشجار والأعشاب أو للأبواغ الفطرية المحمولة في الهواء، وعادةً ما تصيب الأطفال التي تتراوح أعمارهم بين 12 إلى 17 عاماً أكثر من غيرهم.

اسباب حساسية الربيع

- تعد حبوب اللقاح الصغيرة التي تطلقها الأشجار، والأعشاب، والنجيل السبب الرئيسي الذي يؤدي إلى حساسية الربيع للعين والأنف، بالرغم من أن بعض الأجسام تتقبلها بكل بساطة، ولا تأخذ أي ردة فعل تجاهها، إلا أن بعض الأجسام تعتبرها مواد سامة فتحفز جهاز المناعة لمقاومتها، مما يسبب العطاس وغيرها من الأعراض المرافقة لحساسية الربيع.
- الأشجار ومن أهم الأشجار التي تسبب حساسية الربيع: شجر الجوز، شجر السرو، شجر القيقب، شجر الحور، شجر الأرز.
 - العفن: يعد العفن من أسوأ أسباب حساسية الربيع، فقد تكون أعراضه أشد أعراضاً مقارنة بمسببات الحساسية الأخرى.
 - الأعشاب: تلعب بعض أنواع الأعشاب دوراً لأعراض حساسية الربيع من خلال إطلاق حبوب اللقاح.
 - عث الغبار: يتواجد عث الغبار في المنزل أو ألعاب الأطفال خاصة المحشوة منها، وتكون سبباً لأعراض حساسية الربيع أيضاً.

أعراض حساسية الربيع:

- ✓ سيلان الأنف.
- ✓ فرط دمع العين.
- ✓ العطاس والسعال.
- ✓ حكة العين والأنف.
- ✓ ظهور الهالات السوداء حول العينين.
- ✓ ضيق التنفس وخاصة لدى مرضى الربو.

قد تتفاقم هذه الأعراض لدى مرضى الربو، لذا يجب العناية التامة بمرضى الربو في بداية الربيع.

الفرق بين أعراض الحساسية والرشح:

من الضروري معرفة إذا ما كنت تعاني من أعراض حساسية أو أعراض رشح، حيث تختلف طريقة علاج الحالتين. عند مقارنة أعراض الحساسية والرشح فإن من أهم الأمور التي يجب أن تؤخذ في الاعتبار هي المدة التي يعاني فيها الشخص من الأعراض، تستمر أعراض الرشح عادة لعدة أيام إلى أسبوع أما أعراض الحساسية فتستمر لفترة أطول. إذا استمرت عندك الأعراض لأكثر من سبعة أيام فيجب عليك مراجعة الطبيب. يوضح الجدول التالي الفروق بين أعراض الحساسية والرشح:

الأعراض	الحساسية	الرشح
المدة الزمنية	< أسبوعان	أسبوع – أسبوعان
سيلان الأنف	صافي	مخاطي
ارتفاع في الحرارة	أبدا	نادر
صداع	نادر	نادر
آلام وأوجاع	أبدا	خفيفة
ضعف وإعياء	أحيانا	أحيانا
تعب شديد	أبدا	أبدا
سيلان واحتقان في الأنف	شائع	شائع
عطاس	شائع	شائع
وجع في الحلق	أحيانا	شائع
سعال	أحيانا	شائع، سعال جاف
ضيق في الصدر	نادر	خفيف إلى متوسط

✚ علاج حساسية الربيع

فيما يلي طرق علاج حساسية الربيع:



❖ علاج حساسية الربيع بالأدوية

يعتمد علاج حساسية الربيع بالأدوية على علاج الأعراض، ويكون كالتالي:

◀ **مضادات الهيستامين الفموية.** يمكن أن تساعد مضادات الهيستامين على تخفيف العطاس والحكة وانسداد أو سيلان الأنف وذرف دموع العينين من خلال تقليل إفراز الهيستامين في الجسم. من أمثلة مضادات الهيستامين الفموية: سيتريزين وفيكسوفينادين ولوراتادين.

◀ **العقاقير الدوائية المزيللة لاحتقان الأنف:** تعمل مضادات الاحتقان سواء الفموية أو على بخاخ أنفي (الرذاذ الأنفي) على تخفيف احتقان الأنف، وذلك من خلال تضيق الأوعية الدموية في الأنف، وتعد بخاخات الأنف أكثر فعالية وأقل أعراضاً جانبية في تخفيف أعراض الاحتقان من مضادات الاحتقان الفموية

◀ **بخاخات الأنف التي تحتوي على الكورتيكوستيرويدات.** تحسن هذه الأدوية من شدة أعراض حساسية الأنف. تشمل هذه الأدوية فلوتيكازون وبروبونات وبوديزونيد وتريامسينولون. تحدث مع الطبيب بشأن استخدام بخاخات الكورتيكوستيرويدات الأنفية لفترات طويلة.

يجب التنويه من عدم استخدام حبوب حساسية الربيع أو إبرة حساسية الربيع التي تحتوي على الستيرويدات لأكثر من خمسة أيام، إذ يمكن أن يسبب تفاقم الاحتقان عوضاً عن علاجه

◀ **بخاخ كرومولين الصوديوم الأنفي.** يمكن أن يخفف هذا البخاخ الأنفي من شدة أعراض الحساسية من خلال منع إطلاق عوامل الجهاز المناعي التي تسبب الأعراض. تعمل تلك البخاخات على النحو الأفضل في حالة بدء استخدامها قبل التعرض للمؤرجات. وتعتبر من العلاجات الآمنة للغاية، ولكن قد تحتاج إلى استخدامها من 4 إلى 6 مرات يومياً في الأغلب.

◀ **قطرات العين المخففة لحساسية العين:** تستخدم قطرات العين التي تحتوي على مضادات الحساسية على تخفيف أعراض حساسية الربيع للعين مثل سيلان العين وتهيجها

◀ **استخدام غسول الأنف،** سواء بغسله بالماء والملح، أو الغسول المتوفر بالصيدليات.

◀ **شرب كميات كافية من الماء،** بحيث لا تقل عن 8 أكواب يومياً.

◀ **تناول الأطعمة الغنية بفيتامين سي** مثل الحمضيات والبروكلي.

نصائح عامة لتقليل فرص التعرض للعوامل المثيرة لحساسية الربو:

- إغلاق الأبواب والنوافذ في موسم حبوب اللقاح.
- استخدام المكيفات الهوائية في المنزل والسيارة.
- تجنب النشاطات الخارجية في الصباح الباكر.
- استخدام المرشحات الهوائية في المنزل.
- تنظيف المنزل باستمرار من الغبار.
- غسل الشعر عند العودة للمنزل للتخلص من حبوب اللقاح العالقة بالرأس.

المراجع :

1. <https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/hay-fever/>
2. <https://altibbi.com>