

Школа здоровья
для людей с
ПОЛЛИНОЗОМ

Работу подготовила
Рабаданова Аминат
МД-201

Поллиноз (сенная лихорадка)

- сезонное заболевание, причиной которого является аллергическая реакция на пыльцу растений.
- Около 8-16% людей, проживающих в разных областях земного шара, страдает от симптомов поллиноза в период цветения различных трав.



Поллиноз представляет собой сочетание аллергических заболеваний, вызванных пылью растений:

- ринита,
- фарингита,
- конъюнктивита,
- дерматита
- иногда бронхиальной астмы.

Болезнь протекает циклически, обостряется в период появления аллергена, переходит в стадию ремиссии при его исчезновении.



Типичные клинические проявления:

- выраженная отечность слизистых носа и глаз,
- заложенность носа,
- насморк,
- чихание,
- кашель,
- удушье,
- нарушение обоняния,
- зуд и кожные высыпания,
- общая выраженная слабость,
- даже «ломота» и боли в суставах.



Как отличить поллиноз от простуды



В помещении состояние улучшается



Самочувствие лучше в дождь, а не в солнечный день



Утром чувствуете себя хуже, чем вечером



Плохое самочувствие длится более 7 дней

Имеется сезонность для тех или иных видов аллергенов.

Так, больные с аллергией на пыльцу орешника, дуба, ольхи и березы переживают обострение поллиноза в апреле и мае.

В июне и июле страдают пациенты, у которых развилась аллергия на пыльцу злаковых (тимофеевки, лисохвоста, овсяницы, пырея и мятлика).

В августе и сентябре симптомы болезни появляются у людей с аллергией на пыльцу амброзии, лебеды и полыни.

По мере завершения цветения больные испытывают облегчение и даже полное исчезновение проявлений болезни.



ФАКТЫ

- Чаще болеют женщины.
- Важную роль в развитии поллиноза играет нарушения функции иммунной системы, дисбактериоз, расстройства пищеварения.
- Без соответствующего лечения заболевание прогрессирует, и может приобрести крайнюю форму проявления – бронхиальную астму !!!



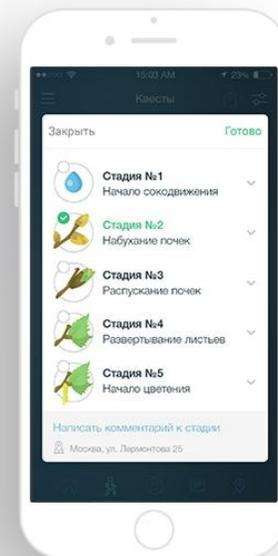
Главный помощник в борьбе с поллинозом — врач аллерголог. Как правило, хватает одного посещения данного специалиста, что бы точно определить наличие или отсутствия поллиноза.



Интересно

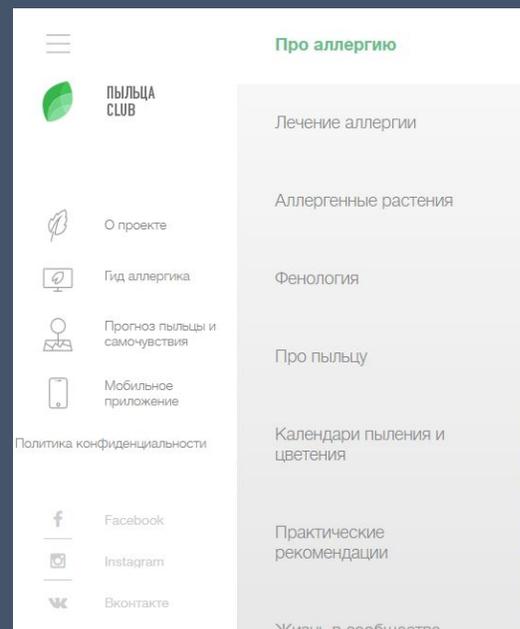
В интернете можно найти сайты и скачать приложения, которые предупреждают о начале цветения определенных видов растений, некие календари пыления и цветения, концентрации пыльцы на вашей улице.

Одним из таких продвинутых сайтов является Пыльца Club



Узнайте, когда начнет пылить береза рядом с вами

Помогайте себе и другим: прогнозируйте цветение березы с помощью фенологии! Аллергики следят за вегетативными стадиями развития березы, и отмечают их в мобильном приложении (ведут фенологический дневник). Подготовленная сервисом основа для ввода информации и визуализации данных существенно улучшает прогноз дат начала и окончания цветения главного аллергена страны. Построим карту цветения березы вместе!

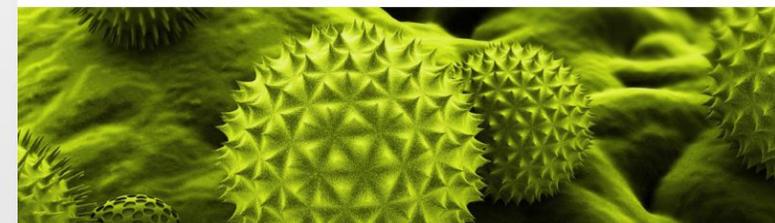


Во время цветения березы регистрируется несколько пиков пыления сережек

Экстраконцентрации березы возможны в начале пыления, при этом учитывайте, что разные виды березы начинают цветение при одинаковых погодных условиях в разное время (береза повислая цветет на 2-3 раньше березы пушистой), иные пики могут быть связаны с изменением погодных условий и началом цветения березы в лесу, которая стартует позже городской, запаздывая зачастую на неделю.

Ждем ваших отметок о самочувствии, будем помогать друг другу вместе информацией.

Всем выдержки, здоровья, моральных сил пережить этот сезон.



Задачами школы здоровья

являются:

- информирование пациентов о причинах и механизмах развития аллергии, клинике, диагностики, подходы к лечению и профилактики;
- обучение больных поллинозом навыкам оказания первой помощи и самоконтроля течения заболевания;
- создание доверительных отношений врач-пациент и, как следствие, формирование осознанного подхода к осуществлению



Школы организуются на базе профильных (аллергологических) кабинетов и отделений стационаров.



Помещение и оборудование

- необходимо специально оборудованное помещение (стол, (предпочтительно круглый), расположенный на середине комнаты, чтобы слушатели могли сидеть вокруг него;
- стулья, кресла, желательно удобной формы, располагающие к полутора часовым занятиям);
- демонстрационный материал и оборудование;
- раздаточный материал;
- блокноты для записи.

Здоровый образ жизни,
первичная и вторичная
профилактика у лиц,
страдающих поллинозом,
позволит эффективно
контролировать заболевание и
тем самым улучшить качество



Спасибо за
внимание!