

حساسیت فصلی در کودکان



تلفن: ۰۲۱ - ۸۸۸۹۲۱۵۶
شماره: ۰۲۱ - ۸۸۸۹۳۵۷۱۱
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۳۹۹۲
ایمیل: info@piho.ir

WWW.PIHO.IR



چگونه مانع از ایجاد حساسیت در کودک شویم؟

در اینجا چند حساسیت رایج و راه‌های مقابله با آنها را برایتان نام برده‌ایم:

گرد و غبار

گرد و غبار در فرش و پارچه‌ها جمع می‌شوند و در همه اتاق‌های خانه موجود هستند.

اما بیشترین تماس کودک با آنها هنگام خواب است زیرا بالش و پتوی کودک مملو از گرد و خاک‌های ریز است. برای از بین بردن آنها می‌توانید از مراحل زیر کمک بگیرید. این کارها، ۶۰ تا ۷۰ درصد باعث کاهش حساسیت کودکان می‌شوند.

• رختخواب و بالش کودک خود را با پارچه نفوذناپذیر رویه کنید.

• هر هفته یکبار رختخواب او را با آب داغ بشویید. بهتر است دمای آب تا ۱۳۰ درجه فارنهایت بالا باشد.

• از وسایلی که از پوست حیوانات تهیه شده‌اند در اتاق کودک استفاده نکنید زیرا به شدت خاک به خود می‌گیرند.

• هر هفته یک بار خانه را جاروبرقی بکشید.

• اگر کودک شما حساسیت شدید به گرد و خاک دارد، به جای استفاده از فرش، کف خانه را با پارکت چوبی یا پلاستیکی ببوشانید.

گرده گل و درختان

در فصل بهار نمی‌توان از گرده‌های موجود در هوا فرار کرد. فقط می‌توانید در طول روزهایی که گرده‌افشانی در هوا زیاد است اجازه بیرون رفتن به کودک ندهید و در پنجره‌ها را نیز به ویژه در روزهای بادی ببندید. اما اینکار واقعی و ممکن نیست.

برای جلوگیری از این مساله، هر شب کودک را حمام کنید و موهای او را بشویید تا گرده‌ای روی آن نباشد. لباس‌های خیس او را نیز روی طناب پهن نکنید.

کپک و قارچ

باید از سیستم تهویه هوا و دستگاه‌های جذب رطوبت هوا

در طول روزهای گرم و مرطوب استفاده کنید به ویژه

در مکان‌هایی که ممکن است کپک و قارچ

رشد کنند. کپک در همه جا از کمد گرفته تا یخچال،

سطل آشغال و زیرزمین می‌تواند رشد کند.



حساسیت فصلی در کودکان

آلرژی چیست؟

واکنش شدید سیستم دفاعی بدن در مقابل عناصر خارجی را آلرژی (حساسیت) می‌گویند. هنگامی که کودک در تماس با مواد حساسیت‌زا قرار می‌گیرد - به آن دست می‌زند، تنفس می‌کند، می‌خورد یا حتی به او تزریق می‌شود - بدن او به اشتباه این مواد را دشمن فرض می‌کند و در برابر آن گارد دفاعی می‌گیرد و برای مبارزه با آن هیستامین تولید می‌کند.

هیستامین بدن را تحریک کرده و باعث ایجاد نشانه‌هایی همچون آبریزش بینی، عطسه، خارش و سرفه می‌شود. این نشانه‌ها می‌توانند خفیف یا شدید یا ادواری (فصلی) باشند. یا فقط هنگام تماس با ماده حساسیت‌زا بروز کنند.

بعضی وقت‌ها میزان حساسیت به قدری بالا است که باعث شوک آنافیلاکتیک می‌شود که باید فوراً بیمار را به بیمارستان ارجاع داد. نشانه‌های این حمله نیز سخت نفس کشیدن یا سختی در قورت دادن آب گلو است که می‌تواند خطر مرگ داشته باشد.

مواد حساسیت‌زای رایج شامل غذا، دارو، حشره، موی حیوانات، گرده درختان و خاک هستند.

حساسیت‌های رایج در کودکان چیست؟

بر اساس آمار، حدود ۴.۵ درصد از کودکان زیر ۱۸ سال حساسیت غذایی، ۱۰.۷ درصد حساسیت پوستی و ۱۶.۶ درصد نیز تب یونجه و حساسیت تنفسی دارند.

چه چیزی باعث ایجاد حساسیت بینی می‌شود؟

متهمان اصلی این حساسیت موارد زیر هستند:

• گرد و غبار

• پرز و موی حیوانات

• گرده درخت، گیاهان و گل‌ها

• کپک

برخی از کودکان به بالش‌های پر یا پتوهای پشمی هم حساسیت دارند. شاید کودکان به دود سیگار حساسیت نداشته باشند اما این دود باعث افزایش آلرژی آنها می‌شوند.

چگونه می‌توان حساسیت بینی را از سرماخوردگی تمیز داد؟

از آنجا که نشانه‌های حساسیت بینی بسیار شبیه سرماخوردگی است - آبریزش بینی، آب چشم، سرفه، پر شدن بینی و عطسه - تشخیص آنها از یکدیگر کمی دشوار است. اما آلرژی علائم دیگری نیز دارد. برای کشف آن باید سوال‌های زیر را از خود پرسید:

• آیا کودک همیشه سرما خورده است؟ سرماخوردگی فقط یک هفته تا ده روز ادامه دارد اما آلرژی این گونه نیست.

• آیا بینی کودک شما پر است یا آبریزش دارد؟

• آیا کودک همیشه در حال پاک کردن یا بالا کشیدن بینی خود است؟

• آیا مخاط بینی او شفاف و آبکی است؟ (برعکس سبز و غلیظ بودن)

• آیا زیاد عطسه می‌کند؟

• آیا چشمانش قرمز و آبدار است و خارش دارد؟

• آیا از طریق دهان نفس می‌کشد؟

• آیا همیشه سرفه‌های خشک دارد؟

• آیا پوست او لکه‌های قرمزی دارد که می‌خارند؟

اگر پاسخ شما به یک یا چند پرسش بالا بله است، باید بدانید فرزندتان به چیزی در اطراف خود حساسیت دارد. حساسیت بینی در کودکان می‌تواند به بیماری‌هایی همچون عفونت بینی، آسم و عفونت سینوس‌ها تبدیل شود.

چه زمانی می‌توان متوجه حساسیت کودک شد؟

این بستگی به کودک دارد که چه زمانی نشانه‌های بیماری خود را بروز دهد. همه افرادی که حساسیت دارند یک آستانه دارند که باید به آن برسند تا بدنشان از خود واکنش نشان دهد. این زمان ممکن است چند ماه طول بکشد. به طور مثال، شاید کودک به موی گربه حساسیت داشته باشد اما تا چند ماه واکنشی نشان ندهد یا واکنش ضعیفی از خود نشان دهد. اما سرانجام یک روز آستانه حساسیت او تحریک شود و علائم حساسیت را بروز دهد.

چگونه متوجه شویم کودک به چه چیزی حساسیت دارد؟

برای این منظور باید با دقت همه چیز را تحت نظر داشته باشید. برخی از آزمایش‌های پزشکی نیز می‌توانند در یافتن مواد حساسیت‌زا برای کودک موثر باشند.

حساسیت به خاک و گل بیشتر در هوای مرطوب و بارانی بروز می‌کند که نمی‌توان آن را از سرماخوردگی تمیز داد. در حالیکه حساسیت گرد و غبار یا موی حیوانات در طول سال رخ می‌دهند. اما به طور کلی حساسیت بیشتر در فصل‌های بهار، تابستان و پاییز بروز می‌کند.

