

Wat is allergie?

Allergie is een overgevoelighedsreactie van het afweersysteem van het lichaam op onschadelijke stoffen, zoals stuifmeel, huidschilfers van dieren, huisstofmijt en schimmels. Deze stoffen, die altijd een soort eiwit bevatten, worden allergenen genoemd. Allergie voor deze stoffen geeft klachten van neusverstopping, niezen, snotteren, tranende ogen en jeuk aan ogen, neus en keel.

Neusklachten als gevolg van irriterende (chemische) stoffen, zoals tabaksrook of verflucht, worden niet veroorzaakt door allergie. Iedereen kan in meer of mindere mate last hebben van deze stoffen.

Wat is hooikoorts?

Aan het eind van de vorige eeuw werd ontdekt dat de klachten van allergie voornamelijk voorkwamen aan het einde van de zomer, tijdens het hooien. De ziekte werd daarom 'hooikoorts' genoemd. Maar hooikoorts wordt niet veroorzaakt door hooi, maar door stuifmeel van bloeiend gras. Omdat een allergie ook veroorzaakt kan worden door allerlei andere stoffen, kan beter gesproken worden over allergische rinitis, dat allergische reactie van de neus betekent.

Wat zijn de belangrijkste allergenen?

Huisstofmijt is een net niet voor het blote oog zichtbaar, op zich onschadelijk, spinnetje dat in alle Nederlandse huizen voorkomt. Het beestje leeft vooral in huisstof en voedt zich voornamelijk met huidschilfers. Het beestje leeft het prettigst in een warme, vochtige omgeving waar veel huidschilfers zijn, bijvoorbeeld in matrassen, kussens en vloerbedekking. Vooral het bed is een favoriete plaats. Huisstofmijten komen het hele jaar voor, maar hun aantal neemt in de herfst toe.

Naast bloeiend gras veroorzaken ook bloeiende bomen, zoals wilgen en elzen, pollenallergieën. Dierlijke producten, zoals huidschilfers van katten, honden en knaagdieren, kunnen eveneens allergische klachten veroorzaken.

Welke klachten worden veroorzaakt door allergie?

Mensen die allergische neusklachten hebben, kunnen last hebben van een waterige loopneus en niezen en soms ook van jeukende, tranende ogen. Een andere groep heeft meer last van neusverstopping.

Astma komt veel voor bij mensen met een allergie. Een patiënt met lang bestaande allergische neusklachten kan zelfs astma ontwikkelen. Astma kan zich uiten als benauwdheid en/of een piepende ademhaling.

Wat gebeurt er bij een allergie-aanval?

Als een allergeen (bijvoorbeeld stuifmeelkorrels van gras) in de neus terechtkomt, ontstaat een reactie van het neusslijmvlies (de bekleding van de neus). Het afweersysteem van de neus reageert abnormaal op het allergeen waarvoor men overgevoelig is. Het allergeen bindt zich aan antistoffen die aan cellen in het neusslijmvlies gebonden zijn.

De binding van het allergeen aan deze antistoffen stimuleert de cel, waardoor bepaalde stoffen vrijkomen, zoals histamine. Deze stoffen verwijden kleine bloedvaatjes en dit geeft de klachten.

Kan allergische rinitis de oorzaak van andere problemen zijn?

Verscheidene ziekten en klachten kunnen (mede) veroorzaakt worden door allergische rinitis. Dit zijn onder andere oorontstekingen, neusbijholte-ontstekingen, hoesten, hoofdpijn en vermoeidheid. Vaak vermindert dit als de allergie goed behandeld wordt.

Worden alle neusklachten veroorzaakt door een allergie?

Niet alle neusklachten worden veroorzaakt door een allergie. Neusklachten kunnen ook veroorzaakt worden door infecties, irriterende stoffen en afwijkingen in de bouw van de neus. De bekendste infectie van de neus is een verkoudheid. Een gewone verkoudheid is binnen een week weer over.

Sommige mensen reageren sterk op niet-allergische prikkelende stoffen zoals tabaksrook, (verf)luchtjes, mist en temperatuurwisselingen met neusverstopping, niezen en loopneus. Dit wordt niet-allergische of vasomotore rinitis genoemd. De neusklachten van allergische en vasomotore rinitis kunnen op elkaar lijken. Bij veel mensen worden hun klachten zowel door allergenen als door irritantia veroorzaakt.

Hoe onderzoekt de kno-arts of u allergisch bent en waarvoor?

De kno-arts stelt vragen om aanwijzingen te vinden of en waarvoor u allergisch bent. Om precies uit te zoeken op welke stoffen u reageert, wordt een huidtest gedaan, waarbij een aantal prikjes met allergenen in de huid wordt gegeven. Op de plaats van de prik kunnen roodheid en zwelling optreden. Hoewel deze huidreactie meestal na een half uur verdwenen is, kunnen na 4-24 uur opnieuw roodheid en zwelling ontstaan.

De grootte van de rode plek is bepalend voor de ernst van allergie. De betrouwbaarheid van de test wordt gemeten met twee controleprikjes, waarbij de huid in het ene geval niet en in het andere geval wel moet reageren (er wordt respectievelijk alleen een oplosmiddel en een oplosmiddel met histamine ingespoten).

Drie dagen voor de test moet u stoppen met ontstekingsremmende medicatie en antihistaminica.

Ook kan via een bloedmonster bepaald worden of men allergisch is, en zo ja, voor welke stoffen. Het duurt meestal enige tijd voor de uitslag van dit onderzoek bekend is.

Hoe kan contact met de voornaamste allergenen vermeden worden?

Bij de behandeling van allergie is het zeer belangrijk dat contact met het allergeen zo veel mogelijk wordt vermeden. Dit is soms gemakkelijker gezegd dan gedaan. Uw kno-arts kan u adviseren over welke maatregelen voor u noodzakelijk zijn.

Huisstofmijt

De huisstofmijt leeft in stof, bij voorkeur op warme, vochtige plekken. Het zoveel mogelijk vrijmaken van huisstofmijt noemt men saneren. De belangrijkste ruimte in huis waar de huisstofmijt bestreden moet worden, is de slaapkamer.

Zorg voor een droge slaapkamer door tijdig in het najaar de centrale verwarming aan te zetten.

Om huisstofmijten te doden, moeten beddengoed en gordijnen bij 60°C worden gewassen. Eventueel kunnen het matras en hoofdkussen beschermd worden met een huisstofmijtdichte hoes.

Gladde vloeren en het schoonmaken van de vloeren (lieft dagelijks) met plakstofdoekjes en/of natte dweil voorkomt dat hier stof ontstaat waar huisstofmijten in kunnen leven. Luchtfilterapparaten hebben geen aangetoond effect op klachten die worden veroorzaakt door allergie.

Graspollen

In geval van een graspollenallergie kunt u luisteren naar de hooikoortsberichten, die in mei en juni dagelijks op NPO Radio 1 na het nieuws van 17:30 uur worden uitgezonden. In deze periode wordt op pagina 709 van NOS Teletekst 'De verwachte weersituatie voor hooikoortspatiënten' weergegeven. Informatie hierover kunt u ook op www.pollennieuws.nl vinden.

Houd in perioden dat er veel pollen in de lucht zijn, ramen en deuren zoveel mogelijk dicht. Ga als u veel last heeft niet te veel naar buiten. Vooral 's ochtends vroeg en op warme, zonnige dagen zijn er veel pollen in de lucht.

Huisdieren

Als u allergisch bent voor een huisdier, is de beste oplossing het dier het huis uit te doen. Als u besluit dit niet te doen, houdt het dier dan in ieder geval uit de slaapkamer. Er bestaan géén allergeenvrije katten of honden.

Welke medicijnen schrijft uw arts voor?

Medicijnen tegen allergie worden verdeeld in beschermende middelen, die continu gebruikt moeten worden, en medicijnen die gebruikt worden als er allergieklachten zijn.

Neusspray

Vaak wordt in eerste instantie een neusspray voorgeschreven. Hierin zitten corticosteroiden (ontstekingsremmend) en/ of antihistaminica (anti-allergie). Vooral bij neusklachten is een neusspray de aangewezen eerste keuze.

Antihistaminica

Antihistaminica helpen snel als u al klachten heeft. Deze medicijnen kunnen gegeven worden als tablet, neusspray of oogdruppels/zalf. Bij minder heftige klachten kunnen ook cromoglicaat-bevattende neussprays of oogdruppels worden gebruikt.

Allergische immunotherapie

Door allergische immunotherapie vermindert de gevoeligheid voor het betreffende allergeen, waardoor de allergische reactie minder hevig wordt. Het succespercentage is een vermindering van 60-80% van de allergische klachten.

Er zijn twee vormen van deze therapie: regelmatige prikken in de bovenarm of smelttabletten onder de tong. In ons ziekenhuis kiezen we voor de smelttabletten, de zogenaamde sublinguale immunotherapie. Die is beschikbaar voor huisstofmijt en gras- en boompollen.

Het tablet moet 1 à 2 minuten onder de tong worden gehouden en daarna worden doorgeslikt. Vervolgens mag u 5 minuten niet eten of drinken.

Bij de immunotherapie in tabletvorm moet het eerste tablet onder medisch toezicht worden gegeven en kunt u vervolgens dagelijks het tablet thuis innemen. De reden hiervoor is dat er een risico is op een heftige allergische reactie, met name in het begin van de therapie.

De meeste mensen ervaren klachten van de mond, zoals prikkeling en een doof gevoel. Dit is niet zorgwekkend, maar kan wel vervelend zijn.

De behandeling moet 3-5 jaar worden voortgezet voor een lange termijn effect. Naast de immunotherapie mogen de andere medicamenten tegen allergie gewoon gebruikt worden. Jaarlijks zal een overleg met uw arts plaatsvinden over het effect van de immunotherapie.

Vragen

Het kan zijn dat u ondanks de uitleg van uw arts nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw kno-arts en om nadere uitleg te vragen. Aan dat verzoek zal graag worden voldaan.

Deze tekst is tot stand gekomen door de Nederlandse Vereniging voor KNO en Heelkunde van het Hoofd-halsgebied.