



Mi az allergia?

A népesség mintegy 15–20%-a szenved allergiás megbetegedésben. Csak Európában és az USA-ban mintegy 50 millió ember allergiás. Nap, mint nap kapcsolatba kerülünk a szervezetünkre ártalmas anyagokkal. Ezek lehetnek élekek, italok, baktériumok, vírusok és a környezetünkben felhasznált vegyszerek. Testünk bonyolult védekező rendszere, az immunrendszer véd ezektől a veszélyektől, állandó harcot folytatva az egészségedre káros anyagok ellen. Ha „csúszás” veszt, megbetegedhetünk. Előfordul azonban, hogy bizonyos anyagokra az immunrendszerünk túlzott mértékben reagál. Ezt a folyamatot nevezzük allergiás reakciónak.

Mi az esélye annak, hogy valaki allergiás legyen?

Az allergiám való hajlam örökösök. Ha a családban nincs allergiás, a születendő csecsemőnél 10% az esély az allergiás megbetegedésre. Ha mindkét szülő allergiás, a veszély mintegy 60–80%-ra nőhet. Ez a hajlam még nem jelenti azt, hogy a

gyermek még is betegszik, csak a megbetegedés esélyét hordozza magában.

Vannak azonban olyan tényezők környezetünkben, amelyek külön-külön, vagy együttesen beindíthatják a folyamatokat. Ilyenek a korai allergénbehatás - pl. a korán megkezdett tehéntejtáplálás az anyai előtti felültagozott anyatejtáplálás követően, a földleper, mogoró stb. idő előtti adása vagy ha már a gyermek csecsemőkorától nagy mennyiségű légúti allergének (pl. macskaszőr, vagy szőnyegpadlós lakásban házipor) talál van kitéve.

A korán közösségbe kerülő gyermekek számos vírus és baktérium okozta fertőzésnek vannak kitéve. A kezelésre alkalmazott antibiotikum az immunvédekezést gyengíti. A szennyezett levegő és a dohányfüst is veszélyezteti az ilyen gyermekeket.

Az allergia megjelenése nincs életkorhoz kötve. Nincs szabály, hármikor kialakulhatnak az első tünetek és közöttük átmenet is lehetséges. Vagyis ha valaki szenanatóhis, nincs kizárva annak a lehetősége, hogy később asztmás lesz, illetve fordítva.

Fontos, hogy a leggyorsabb allergiás tünetekre, panaszokra ne legyintsenek, hanem igyekezzenek azokat komolyan venni. Ismerjék meg a betegség alapjait, okát, a lehetséges kezelési módokat.

Fontosnak orvoshoz, ugyanis ígyi fontos az időben elkezdett és megfelelően beállított orvosi kezelés.



A fűtől ábró a légrétegben lévő pollen mennyisége ábrája.



www.antsz.hu

A parlagfű és az allergia



A parlagfű (*Ambrosia* fajával) Magyarországon nem őshonos, az 1920-as években hazánk déli területein jelent meg, majd a fő gabonaszállító kereskedelmi útvonalak mentén terjedve ma már az egész ország területén megtalálható.

Miként védekezzünk a parlagfű ellen?

Mivel egyedül, teljes emberrépre vezető módszer mai tudásunk szerint nincs, ezért fontos, hogy a **védekezést folyamatosan és minden lehetséges eszközzel végezzük. Nagyon fontos, hogy megakadályozzuk a virágzást és azt, hogy a növény magot érleljen.** A parlagfű magja 30–40 évig is csíráképes marad, ezért kiemelten fontos a hatékony és kiterjedt védekezés.

A magok a föld bolygatásával kerülnek csírázó képes állapotba, amennyiben egy területet nem bolygatunk, a hazánkban honos gyomszövények 3–5 év alatt teljesen kiszorítják az adott területről a parlagfűt.

A legfontosabb, hogy minden alkalmas eszközzel **hosszú ideig kell védekezni, amint érfoképpen, hogy tartós eredményt érjünk el.**

A **kézi gyomlálás** az egyik leghatékonyabb módszer. Ezt a módszert csak a virágzás előtti időbe ajánlják, mert a nagy sűrűségű pollenrel való találkozás egészségére gyakorolt hatása minden életkorban kedvezőtlen.

A **kaszálás és a kapálás** további környezet- és költségkímélő védekezési mód. A növényeket a tömeges megjelenésük után, ahol lehet minél előbb tanácsos megsarabolni, a talajszinten a gyökérnyakakat nézet elvágyva elpusztítani. Ez a leghatékonyabb módszer, mivel a növények így nem tudnak újrahajtani.

A talajhoz közeli rétegy cm-en 2–3 elágazása is van, és az ezektől kinövő oldalhajtások teszik eredménytelenné a szakszerűtlenül végzett kaszással történő védekezést ellene.

A **vegyszerrel gyomirtás** esetén fontos gondosan megválasztani a gyomirtó szert és ügyelni kell arra is, hogy a minél fiatalabb legyen a gyomirtóval kezelendő növény. Legelőszőrűbb a vegyszerrel történő gyommentesítést akkor végezzük, amikor a gyomirtóanyagok zöme már kikelt, és már elegendő levélterületük van a szerek felvételéhez. A védekezéseket legkésőbb a parlagfű 10 cm-es állapotig el kell végezni.

Amennyiben kellő ismeret hiányában nem tudunk növényvédő szert választani a Növény- és Talajvédelmi Szolgálatok szívesen segínek a szaktanácsadásban.

Mi az allergia?

Túlérzékenység, amely azt jelenti, hogy az ember és a természet kapcsolatát valami megzavarta. Immunrendszerünk védekezik a vírusok, baktériumok és egyéb kórokozók támadása ellen. Allergia esetén viszont az immunrendszer ártalmatlan anyagok (például kutyaszőr, házipor-atka-üríték, virágpór, penészgomba stb.) hatására is beindítja szervezetünk védekező mechanizmusát, mely allergiás panaszokban nyilvánul meg.

Az allergia a civilizált emberek betegsége, tehetünk ellene:

- használjunk minél kevesebb **vegyszert és fűszert** a háztartásban.
- kerüljük az **adalékanyagot, ételszínezéket és tartósítószerrel tartalmazó** élelmiszereket.



- **figyasszunk bio élelmiszereket**, de ha ezt nem is engedhetjük meg magunknak, mindenképpen csökkentjük az élelemmel szervezetünkbe jutó növényvédő szerek, a műtrágyák maradvékot, valamint a hússal és tejtermékkel megvezett takarmánykegészítők stb. szintjét.
- **csökkentjük a beltéri szennyezőanyag** (pl. poratka, gombaspóra, formaldehid) mennyiségét a lakások levegőjében, ami az egyre jobb szűrtetés miatt csakis gyakori szellőztetéssel távozhat.

Mivel a **gyermekkori túlzott higiénia** nem engedi, hogy a szervezet az élet természetes kihívásaival és akadályával szembeéberüljön, ezért az immunrendszer könnyen legyengül.

A gyermekek szervezetének találkoznia kell bizonyos kósz-, por- és kórokozó-mennyiséggel ahhoz, hogy az immunrendszerük megtanulja a védekezést ellene.

Célszerű, ha óvjuk gyermekeinket a túlzott szennyeződésektől, de engedjük, hogy szervezetük megtapasztalja a környezetet.



www.nepegeszseg.net