

**Mit érdemes tudni a
Parlagfűről?**

Tartalomjegyzék

Előszó	3
Az allergiáról általában	4
Pollenszezonok és a leggyakoribb allergén növények	7
A rettegett allergén: PARLAGFŰ:	17
Érdekesség felsősöknek: A parlagfű, mint gyógynövény (forrás: wikipédia).....	21
Hogyan bánjunk el a parlagfűvel?	22
Lehet védekezni a pollenallergia ellen? IGEN	24
Összefoglaló feladatsor:	26
Felhasznált szakirodalom:	30

Előszó

Napjainkban egyre több ember szenved allergiás megbetegedéstől, nagy részük a parlagfű miatt. Meg kell ismernünk a problémát, hogy tenni is tudjunk ellene. Nagyon fontos, hogy ne menjünk el a problémák mellett azzal a kijelentéssel, hogy úgy is reménytelen. Igen is lehet tenni ellenük, csak akarni kell! Így van ez a parlagfűvel is. A parlagfű nem egy szimpla gyomnövény, ami ha nő a kertünkbe, környezetünkben, akkor csak hagyjuk hadd nőjön. Lehet tenni a terjedésének és az allergia kialakulásának megelőzésének érdekében.

Mivel nem csak a felnőttek vehetnek részt környezetünk formálásában, hanem ti is, ezért jó, ha minél többet tudtok az allergiáról, mint betegségről, a kiváltó okairól és az ellene való védekezésről. Együtt többet tehetünk a megelőzés érdekében is!

Ebben a kiadványban a fejezetek ismertető részekkel kezdődnek, melyek fontos ismereteket tartalmaznak. Minden fejezet végén egy összefoglaló, ellenőrző kérdéssort találtok, melynek segítségével elmélyíthetitek a megszerzett tudást, próbára tehetitek magatokat, hogy milyen mértékben sikerült a kapott információkat elsajátítani.

A kiadvány végén az előző évek vetélkedőinek feladataiból vannak példák, melyek szintén segítik a felkészülést.

Célunk, hogy mindenkiben felébredjen a felelősségtudat e probléma iránt, s ezután közös erővel küzdjünk a szép és egészséges környezetért!



Jó felkészülést kívánunk!

Az allergiáról általában

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

Maga a kifejezés többféle dologra utalhat: különböző allergiás tünetekre, allergiás betegségekre, illetve magára az allergiás reakcióra, amely a szervezetben végbemegy, és az allergiás tünetek, betegségek kialakulásához vezet.

1) Allergiás reakció: a szervezet immunrendszerének (védekező rendszerének) túlérzékenységi reakciója különböző külső és belső anyagokra (allergénekre) vagy behatásokra. Az allergiás betegekben ezek az anyagok vagy behatások - melyek a nem-allergiásoknál kóros reakciót nem okoznak - túlzott mértékű ellenanyag (antitest) termeléséhez vezetnek. Amikor a szervezet ismételt találkozik az allergénnel (kiváltó okkal), kialakul az allergiás reakció. Az allergiás reakció során az allergén-antitest kapcsolódás következtében az immunrendszer bizonyos sejtjeiből az idegen anyagok számára mérgező vegyületek (pl. hisztamin) szabadulnak fel. Ezek a kibocsátott vegyületek felelősek az allergiás tünetek kialakulásáért.

2) Allergiás tünetek: az allergiás reakció során felszabaduló vegyületek a szervezetben különféle tüneteket - pl. csalánkiütés, orrnyálkahártya duzzanat, kötőhártyagyulladás, hörgőizomgörcs, stb. - okozhatnak.

3) Allergiás betegségek: Allergiás tünet, - pl. a csalánkiütés - nagyon sok embernél előfordul élete folyamán, de esetenként csak néhány alkalommal. Ha azonban a tünetek visszatérően jelentkeznek vagy tartósan fennállnak, és komolyabb egészségügyi problémákat okoznak, már allergiás betegségről beszélünk. Ilyen pl. az allergiás asztma, a szénanátha, az ekcéma, stb.

Az allergiára való hajlam öröklődik. Emellett a környezeti hatások is fontos szerepet játszanak a kialakulásában. Az érzékeny váláshoz idő kell, vagyis az allergénnel való első találkozáskor még nem jelentkeznek a tünetek, csak később. A legagresszívabb allergének: a parlagfű és fűpollenek, valamint a házipor és az atka. Magyarországon a legfőbb allergén a parlagfű.

Az allergia főleg a városi környezetben legyengült immunrendszert veszélyezteti, ugyanis a légszennyezés hatására a nyálkahártya védekező funkciója csökken, így az allergia könnyen kialakul.

A gyermekkori túlzott higiénia nem engedi, hogy a szervezet az élet természetes kihívásaival és akadályaiival szembekerüljön, ezért az immunrendszer könnyen legyengül. A gyermekek szervezetének találkozniuk kell bizonyos kosz-, por- és kórokozó- mennyiséggel ahhoz, hogy az immunrendszerük megtanulja a védekezést ellenük.

Felmérések szerint sok beteg, aki nagyobb gyermek- vagy felnőttkorban lett allergiás, az első allergiás tüneteinek megjelenése előtt stresszes időszakot élt át. Hosszantartó stressz vagy szorongás alatt a szervezet gyorsabban használja fel a vitaminokat, nyomelemeket és szénhidrátokat, amik az immunrendszer kiegyensúlyozott működéséhez szükségesek. Hiányuk következtében csökken az immunrendszer működésének hatékonysága, így nagyobb az esélye bármiféle megbetegedésnek.

Nemcsak a betegségek kialakulásában, hanem a tünetek megnyilvánulásában is szerepet játszanak a lelki tényezők. Kellemetlenebb tünetek és gyakoribb rohamok várhatóak, ha túl sok feszültséggel, munkahelyi vagy magánéleti konfliktusokkal élnek. Meglévő allergiánál segíthet a különböző stressz oldó technikák elsajátítása.

Az allergia legsúlyosabb megnyilvánulása a légutakban a nagy- és kishörgők érzékenysége, amely tartósan fennálló, időnként igen súlyos állapotot jelentő betegséget, az asztmát váltja ki. Azt asztma gyógyítására az orvostudomány igyekszik megoldásokat találni. Kimutatták például, hogy a sport, hatásos. Igazolták, hogy a rendszeres mozgás ellenállóbbá teszi az asztmás emberek szervezetét. A sportok közül is az úszás az, amit a leginkább ajánlani tudunk, mert itt a legkisebb az asztmás befulladás kockázata.

Érdekeség felsősöknek: Az allergia kezelése

Antihisztaminok: Az allergiás tünetek kezelésére leggyakrabban alkalmazott gyógyszerek az antihisztaminok. Néhány antihisztamint recept nélkül is kapható, mások receptkötelesek. Sajátos problémát jelentenek a recept nélkül kapható antihisztaminok az idős betegek számára. A receptköteles antihisztaminoknak gyakran kevesebb mellékhatásuk van (álmosság, szájszárazság, homályos látás, székrekedés, vizeelési nehézségek). Az antihisztaminok a hisztamin hatását blokkolják, a termelést nem szüntetik meg. Szedésük mérsékli a viszketést, és csökkenti a csalánkiütések vagy az enyhe angioödéma okozta duzzanatot.

Kromolin: A kromolin is segíthet az allergiás tünetek megfékezésében. A gyógyszer receptre kapható, inhaláló- vagy (a gyógyszert a tüdőbe juttató) porlasztókészülékkel használatos formában vagy szemcseppként. ((Orrspray formájábanrecept nélkül kapható.)) A kromolin általában csak a felhasználás helyén (garat, tüdő, szem vagy orr) fejti ki a hatását. Szájon át nem szívódik fel, de megszüntetheti a masztocitózis okozta emésztési tüneteket. A kromolin gátolja a hízósejtek szövetkárosító anyagainak felszabadulását.

Kortikoszteroidok: Ha az antihisztaminok és a kromolin sem fékezi meg az allergiás tüneteket, a kortikoszteroidok segítséget jelenthetnek. A kortikoszteroidok orrspray formájában az orrtünetek, vagy inhalálva általában asztma kezelésére alkalmazhatók. Ha a tünetek súlyosak vagy nagy kiterjedésűek, szájon át szedett kortikoszteroidra (pl. prednizon) is szükség lehet. A kortikoszteroidok 3-4 hétnél hosszabb szedése azonban számos, időnként komoly mellékhatást okozhat. Ezért szájon át szedhető kortikoszteroid csak súlyos tünetek, más kezelések hatástalansága esetén írható fel, és szedését a lehető legrövidebb ideig szabad csak folytatni.

Sürgős ellátás: A súlyos allergiás reakciók, pl. anafilaxiás reakció, azonnali beavatkozást igényelnek. A súlyos allergiás reakciókra hajlamos egyének mindig tartsanak maguknál egy önadagoló fecskendőben adrenalint. Az ilyen betegek általában antihisztamin tablettákat is hordanak magukkal, amelyet a lehető leggyorsabban be kell venni. Az adrenalin és antihisztamin kombinációja általában megfékezi a reakciót, de súlyos anafilaxiás reakció után, mindenképp kórházi sürgősségi osztályon történő megfigyelés javasolt, ahol szükség esetén megismétlik, kiegészítik a kezelést.

A leggyakoribb keresztallergiák:

parlagfű	- görögdinnye, sárgadinnye, paradicsom, uborka, cukkini, tök, kamilla, banán, napraforgómag
fekete üröm	- zeller, sárgarépa, petrezselyem, burgonya, paprika, paradicsom, uborka, banán, alma, dinnye, kivi, mangó, kamilla, ánizs, koriander, kömény, csilibors, kapor, szerecsendió, bors, mustármag, napraforgómag, borsmenta, bazsalikom, majoránna, oregáno, élesztő
nyírfa	- mogyoró, dió, mandula, alma, körte, szilva, cseresznye, meggy, őszibarack, sárgabarack, kivi, avokádó, burgonya, paradicsom, sárgarépa, zeller, spenót
éger	- mandula, alma, cseresznye, mogyoró, őszibarack, körte, zeller
füvek	- paradicsom, burgonya, rozs, búza, bab, borsó, lencse, szója, földimogyoró, szentjánoskenyér, élesztő, avokádó, édeskömény
rozspollen	- rizs, búza, rozs, árpa, kukorica, zab
háziporatka	- kivi, rákfélések
földimogyoró	- dió
dió	- búza, rozs, mák, mogyoró, szezám
latex	- banán, gesztenye, spenót, avokádó, citrusfélék, kivi
tehéntej	- marhaszőr
tojás	- madártoll, csirkehús
hagyma	- spárga
tőkehal	- lazac, lepényhal, tonhal, makréla
barack	- szilva, cseresznye
alma	- körte

Ellenőrző feladatok:

Mi az allergia?

Milyen dolgokra utal maga az allergia szó?

Milyen fő tünetei vannak az allergiáknak?

Mi súlyosbíthatja a tüneteket?

Mi az a tevékenység, ami jótékony hatással van az allergiában szenvedők szervezetére?

Sorolj fel három keresztallergiát okozó növényt!

Pollenszezonok és a leggyakoribb allergén növények

Mivel minden növény más-más időben virágzik, ezért fontos ismerni a különböző pollenszezonokat. A jelenleg is zajló klímaváltozás miatt a pollenszezonok is eltolódhatnak, de alapvetően Magyarországon februártól októberig három fő pollenszezont különítünk el:

Tavaszi pollenszezon: februártól májusig

Ez a fapollenek időszaka. A három pollenszezon közül, allergizáló hatását tekintve, a leggyengébb. Az emberek ilyenkor még viszonylag kevés időt töltenek a szabadban, ezért nem éri őket olyan nagy koncentrációban a pollen. Valamint a legfontosabb allergiát okozó fáink napi pollenszórása ritkán éri el a tüneteket kiváltó határértéket.

Ilyenkor pollenző fáink:

Mogyoró: Közepesen allergén faj, szélmegporzású, január végétől március közepéig virágzik, lombfakadás előtt jelennek meg a barkái. Egy barkában mintegy négymillió virágpór termelődik. Ha valaki a mogyoróvirág porszemére allergiás, lehetséges, hogy a gyertyánra, nyírre és az égerre is érzékeny. Ezt hívjuk keresztreakciónak. (Keresztallergia alatt értjük, amikor a szervezet a különböző allergéneket azonosként ismeri fel, és ezekkel reakcióba lép.)



Éger: Erősen allergén faj, szélmegporzású, februártól áprilisig szórja virágporát. A pollenszezon első hírnöke a levegőben. Egyetlen porzós barkája négy és félmillió virágporszemet termel. Az égerfa (*Alnus glutinosa*) egy a szent fák közül, és szintén tagja a nyírfák családjának. A folklórban az égert a "Vizek Királyának" tartják a fűzfával, aki a királynője. Ez az asszociáció köszönhető a természetes élőhelyeinek: a tavak, a folyók és vizek partjainak. Az égerfa eredeti lelőhelye a Brit-szigetek és a kontinentális Európa, ahol termékeny a mérsékelt és hidegebb éghajlatokon. Az égerfa levelei nagyjából oválisak, recések és többnyire simák. Ősszel barkák teremnek rajta. A fák virágai kora tavasszal jelentkeznek a levelek előtt, teljesen beborítja a fát.



Nyír: Márciustól májusig virágzik. Európa legallergénebb fája. Egész Európában elterjedt, hazánkban őshonos a kecses alakú nyírfa. A nemzetség képviselői a hűvös, humid klímájú vidékek pionír fái. Törzsük többnyire fehér vagy sárgásbarna, az idős alsó részén fekete, repedezett. Levelek szórt állásúak. Eglaki virágai nem díszítők, a porzós barkában, a termős füzérben csoportosulnak. Termésük érés után szétesik, a lapos makkocskák szárnyasak. Ha elég nedvességet és fényt kapnak, a talaj iránt nem igényesek, és a légszennyezést is elég jól tűrik.



Nyárfa: Pollenje alig allergén. Szélmegporzású virágpóra februártól áprilisig mutatható ki a levegőben. Május-júniusban jelennek meg a magszőrök, melyek ingerlik a nyálkahártyát, illetve az erősen allergén fűpollenek hozzátapadhatnak, és ez allergiát kiváltó ok lehet.



Tölgy: A róla nevezett család fája vagy cserjéje, 300 faja (házánkban 6, de több fajvegyülék és eltérés) Ausztrália és Afrika kivételével az egész föld hegyein terem, még pedig Ázsiában 148, Amerikában 142, Európában 20-24. Afrikának nincs külön tölgye, csak néhány dél-európai terem az északi részén. Kérge repedezett, levele egynyári vagy örökzöld, emez gyakran nem öblös. Virága egylaki, hím virágja szakadozott barkává egyesül, termővirága rügyforma, de a tetején kibúvó bibeszála a levélrügytől könnyen megkülönbözteti. Termése a makk ellipszoid, tojásdad vagy hosszás, az alját pikkelyes vagy bozontos külsejű makkcsésze takarja. Az amerikai meg a közép-európai tölgyek lombhullatók, a mediterrán vidék, Kis-Ázsia és Perzsia tölgyei többnyire örökzöldek.

Gyengén-közepesen allergén, mivel nem túl nagy a pollentermelése (egy-másfél millió virágporszem). Április májusban virágozik. szélmegporzású.



Kőris: A virágos kőris áprilistól virágzik, rovarmegporzású és már februártól virágoznak. A kőrisek, mint elegendő fajok csaknem valamennyi természetes társulásunkban előfordulnak. Tértfoglalásuk jelentős, területük térségünkben több, mint 8200 hektár (5,6%). Faanyaguk igen értékes. Nagy fényigényességük miatt állományaik erősen kiritkultak. Aki a kőris pollenjére allergiás, az érzékeny lehet a fagyal, orgona, aranyfa, jázmin, olajfa pollenjére is.



Platán: Szélmegporzású, erősen allergén növény. Április-májusban virágzik. 30-40 m fmagasságot is elérnek, de általában korán elágaznak. Az ágtiszta törzshossz ritkán haladja meg a 6-8 m-t. A törzsátmérő 1-1,5 m. A vékony sárgás-zöldes kérge lemezesen válik le (kéregvastagság 1-3 cm). A platánok a világ legnagyobb méretű fái közé tartoznak Hazánkban is előfordulnak 2-2,5 m átmérőjű 35-40 m magas példányai (pl.: Egri strand, Pölöske).



Kora nyári pollenszezon: májustól július közepéig

Ez a fűpollenek időszaka.

Pázsitfűvek: A kora nyári pollenszezon kezdetét a pázsitfűvek virágzása indítja be, amely májustól október végéig tarthat, bár augusztustól már csak alacsony koncentrációban regisztrálható pollenjük. Allergenitásuk rendkívül nagy.



Csalánfélék: Májustól szeptemberig virágoznak. A virágpor szemek a levegőben általában nem tömeges, de hosszantartó virágzásuk miatt erős az allergenitásuk. A csalán fontos gyógynövény is, ezért nem az irtása, hanem a kerülése javasolt.



Nyár végi-őszi pollenszezon: július közepétől októberig

Az allergizáló hatást tekintve ez a legjelentősebb időszak, ekkor főleg a gyomnövények szórják pollenjeiket.

Libatopfélék-disznóparéjfélék: A két család között nagy a hasonlóság (antigénjük, pollenmorfológiájuk, allergenitásuk is hasonló). Aki az egyik családra érzékeny, az a másikra is. Júliustól októberig virágoznak.



Üröm: Pollenje az egyik legerősebb allergén. Kevesebb pollent termel, mint a parlagfű, és azzal ellentétben nem képes kaszálás után további virágzásra. Veszélyességét fokozza a hosszan tartó pollenszórás, ami júliustól októberig tart. Legismertebb fajtája a fekete üröm, amit gyakran kevernek össze a parlagfűvel, mivel morfológiájuk (alakjuk) nagyon hasonló.



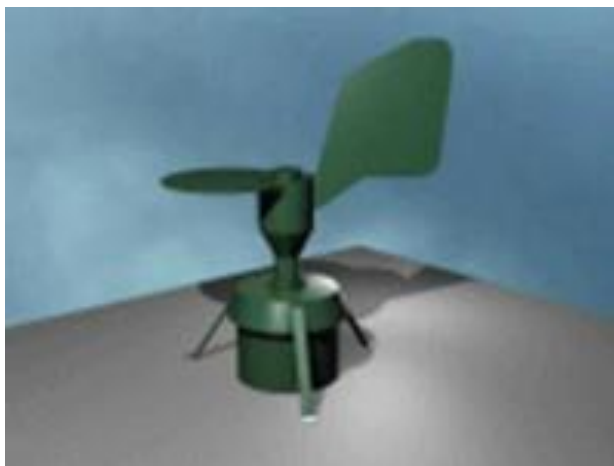
Parlagfű: Ez a legsúlyosabb allergiát okozó gyomnövény. A későbbiekben részletesen ismertetjük a növényt.



A pollencsapda:

Pollencsapda segítségével mérjük a levegő pollenszennyezettségét. A következő sorokban a Burkard csapda működésével ismerkedhetünk meg:

A Burkard csapda ütköztetési (impakciós) alapelven működik: a szélirányba forduló nyíláson át beszívott levegőből újra erősített ragadós filmen (Melinex szalag) tapadnak meg a légkörben szálló gombaspórák, pollenszemek és egyéb szennyező anyagok. Óraszerkezet segítségével 2 mm/órás sebességgel forog a dob, így 7 nap alatt tesz meg egy teljes fordulatot. Az átszívott levegő mennyisége percenként 10 liter, amely közelítőleg megfelel az emberi légvétel nagyságának. Naponta 14,4 m³ levegő áramlik át a készüléken. A preparátum területe ismeretében kiszámítható a napi egy köbméter levegőnek megfelelő terület nagysága. Pollen esetében ekkora területet olvasunk le, gombáknál ennek az 1/32 részét. A rózsaszínre festődő pollenszemek, gombaspórák és konídiumok mellett a preparátumokon szerves szennyeződések is jól látszanak, így jól követhető a levegő por - és koromszennyezettségének napi eloszlása. A leolvasás 2 órás egységenként történik, így szemmel követhető a kérdéses pollen vagy gomba mennyiségének napi ingadozása is. Ezenkívül megadjuk még a napi összegeket, ami 1 m³ levegőre vonatkozik. Az állomásokon egyforma mikroszkópokat használnak a leolvasásra. Az egy nap mintáját tartalmazó szalagdarabok tárgylemezen, pararózanilines beágyazó anyaggal megfestve és egyúttal rögzítve hosszú ideig eltarthatók. Közepes szélereőség esetén a csapda 60-70 km-es sugarú kört monitoroz, erősebb szelek sokkal távolabbról is hozhatják a virágporoszemeket. Afrika fölötti szélviharok a skandináv országokba is eljuttathatják a pollent a jellegzetes sivatagi homokkal együtt. Erős szelek kontinensek között is szállítanak néhány mikronos szemcsét, ez magyarázza, hogy a sarkvidék jégtakarójában található pollenszemek. (forrás: www.portaegyesület.hu)
























Ellenőrző kérdések:

Mi a három pollenszezon, mettől meddig tartanak?

Nevezz meg egy-egy jellemző növényfajt a pollenszezonokból?

Mivel mérik a pollenszintet?

Kép	Elnevezés	Allergenitás	Pollenzési virágzási időszak									
			Február	Március	Április	Május	Június	Július	Augusztus	Szeptember	Október	November
	júhar	**		[Green bar]								
	vadgesztenye	**		[Green bar]								
	bélványa	*					[Green bar]					
	éger	***		[Orange bar]								
	parlagfű	****						[Red bar]				
	fekete üröm	****						[Red bar]				
	fészkesek	***					[Orange bar]					
	nyír	***		[Orange bar]								
	vadkender	*					[Green bar]					
	gyertyán	**			[Green bar]							
	szelídgesztenye	*					[Green bar]					
	ibatopréék	***				[Orange bar]						
	mogyoró	***	[Orange bar]									
	tiszafréék	**		[Green bar]								
	pütagósok	**				[Green bar]						
	búkk	*		[Green bar]								
	kőris	***		[Orange bar]								
	dió	*		[Green bar]								
	eperfa	*		[Green bar]								
	olajtérlek	**		[Green bar]								
	fenyőfélék	*				[Green bar]						

A rettegett allergén a PARLAGFŰ:

A parlagfű (*Ambrosia artemisiifolia*) a legismertebb allergiát okozó növény. Az 1800-as évek első felében Észak-Amerikából behurcolt rendkívül agresszív gyomnövény feltehetően az importált vetőmagokkal került Magyarországra. Amerikában sok faja él, nálunk azonban csak az embermagasságúra is megnövő, gazdagon elágazó szárú, puhaszőrös, egyéves nyúlánk parlagfű jelent meg, melyet tévesen vadkendernek is neveznek.

Világszerte terjed. Gyors terjedésének oka az, hogy egyike az eddig ismert, legintenzívebb pionir növényeknek, azaz minden elhanyagolt, bolygatott parlagon, szántóföldön, árokparton, útszéleken a többi növényt megelőzve megtelepszik és viharos gyorsasággal, tömegesen elszaporodik. Magyar elnevezése is erre utal. Városi gyomként is ismert, a frissen feltört, még rendezetlen építési területeken, lakótelepeken, a települések „senki földjén”, ápolatlan részein is előfordul.

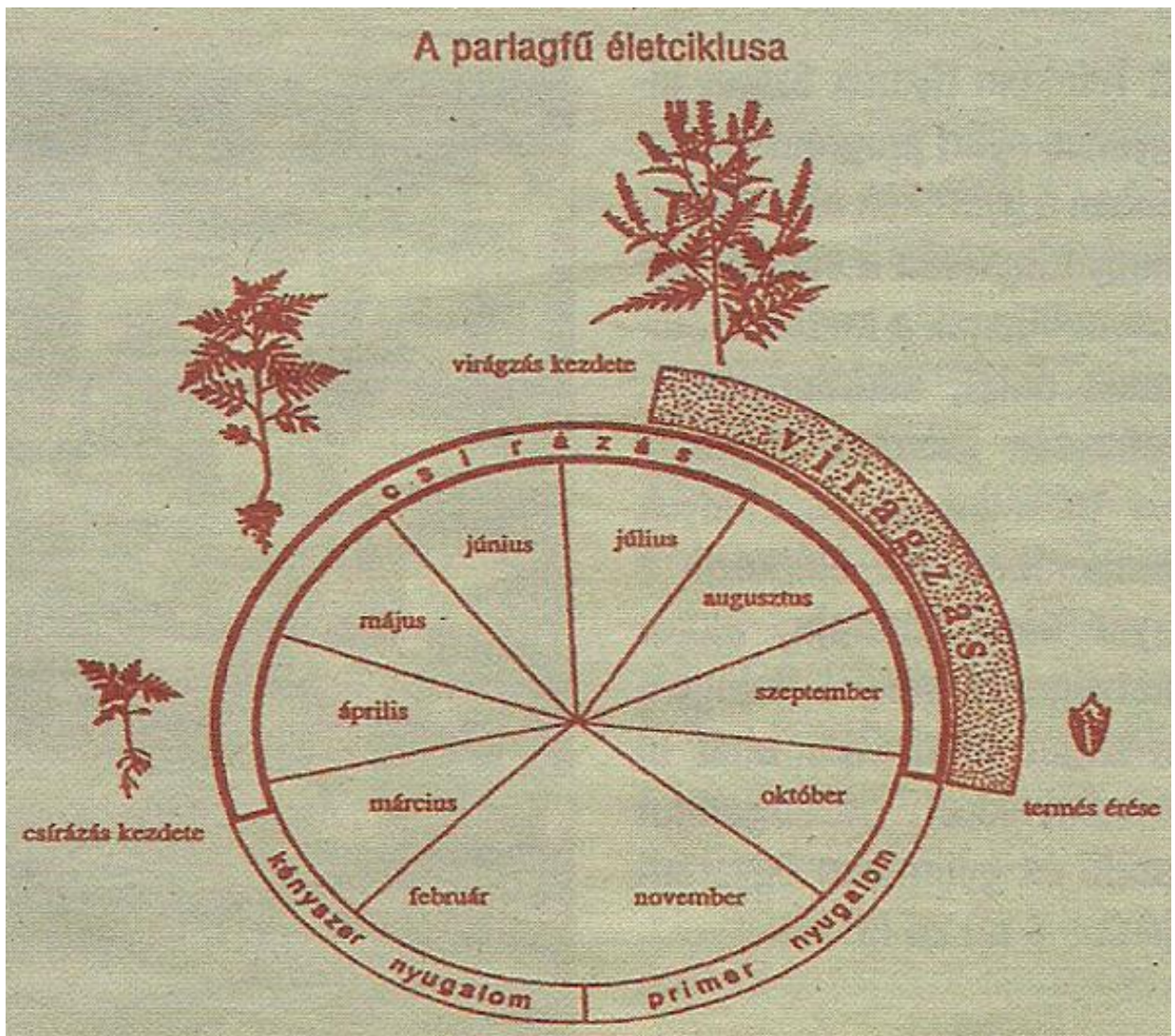
A parlagfű egynyári, szélmegporzású növény, jól tűri a szárazságot. 20-150 cm magas, felálló szárú, rendszerint dúsán elágazó növény.

A csíranövény sziklevelei csupaszak, csúcsuk lekerekített. Az első lomblevelek átellenesek, rövidnyelűek, kontúrjuk tojásdad, szárnyaltan szeldeltek. Levelei sötétzöld színűek, vastagon szőrözöttek, fonákjuk sötét-szürke és sűrűn szőrözött. Orsó gyökérrel rendelkezik, amely mélyen befúródik a talajba.

A kifejlett parlagfű növényen a hajtások csúcsán található a porzós virágzata. Az alig fél centiméteres, parányi porzós fészkek lapostányér alakúak, és 4-10 centiméteres, karcsú, sokvirágzatú, levéltelen füzérek alkotnak. Egy virágzatban 15-35 halványsárga csöves pártájú virág van.

A termős fészekvirágzatok a felső lomblevelek hónaljában a porzós virágzatok alatt helyezkednek el, rendszerint egyivarúak.





forrás: www.csillaghegyiek.hu/torvenyek





forrás: Saját, digitális mikroszkóppal készített képek

Mivel a parlagfű szélporozta növény, igen nagy mennyiségű virágport termel. Az egyes növények három-négyezer csíráképes magot érlelnek, és csírázóképességüket akár 30-40 évig is megőrzik. A könnyű, levegőben lebegő, a széllel akár 50-100 kilométerre is elrepülő pollen felszíne tüskés (lásd fent), hogy könnyen megtapadhasson a termőn.

Hihetetlen mennyiségű virágporszemet termel. Egyetlen parlagfű képes kb. 8 milliárd virágporszemet is termelni, ami azt jelenti, hogy évente több ezer tonna kerül a levegőbe. Emellett igen gyors terjedésre képes. A parlagfű virágszeméből az orr nyálkahártyájára jutva, az allergének másodpercek alatt kiszabadulnak, azaz a tünetek (pl. tüszentés) szinte azonnal jelentkeznek.

Erősen növeli az allergia kiváltás hatásosságát a hosszú virágzási idő: júliustól október végéig, a fagyok beálltaig virágzik, de a csúcs augusztus végén, szeptember elején van.

A szántóföldi kultúrák közül elsősorban a napraforgó, kukorica, szója, borsó, és burgonya kultúrákat fertőzi.

Rendkívül szívós, életképes növény. Magyarországon a 20-as években még csak a Balatontól délre, a Délnyugat-Dunántúlon jelent meg.

Mára már az egész országot elárasztotta.



forrás: gyoriorvosok.blogspot.com

A legkevésbé fertőzött terület az Északi-középhegység, Miskolc és Eger környéke, ahol a parlagfű koncentráció a szezon nagy részében közepes szinten marad. (A magashegységek levegője nemcsak a parlagfű, hanem gyakorlatilag minden allergén növény pollenjétől mentes.)

Ma Magyarországon több, mint kétmillió embert érint a parlagfű okozta allergia.

Érdekeség felsősöknek: A parlagfű, mint gyógynövény (forrás: wikipédia)

Weixl-Várhegyi László szerint - aki ismert feltaláló, mérnök-radiesztéta, bioenergetikus, fitoterapeuta, életmód- és táplálkozási tanácsadó és terapeuta, valamint természetgyógyász, és Magyar Természetgyógyászok Szövetségének, a Magyar Természetgyógyászok és Életreformerek Tudományos Egyesületének tagja, a Tudományos Rendőrség alapító tagja és szóvivője - régi gyógynövény-könyvek leírják a parlagfű több gyógyító tulajdonságát, és egyben javasolták a fogyasztását, hiszen nagyon sok vitamint tartalmaznak a levelei és a virága, valamint a pollenje. A múlt század elején az előkelő szalonokban az ambrosia artemisifolia, vagyis a parlagfű illata illat volt az úri és előkelő illat. A parlagfű olaját aromamécsesekben hevítették, valamint kapható volt a szárított, összesodrott leveleiből készített füstölő is. Az ambrózia-füstölő napjainkban is beszerezhető az ere szakosodott illatszer- és ajándékboltokban.

A szakemberek kutatásai szerint az ambróziának az a feladata, hogy megóvja a földet a kiszáradástól, azután átadja a helyét más növényeknek, amelyek az így megóvott talajon már képesek megmaradni és szaporodni. Innen ered a magyar nyelv parlagfű elnevezése. A Magyarországon, Alcsútdobozon végzett kísérletben egy többhektáros területet hagyunk parlagon, azt vizsgálva, hogy mi történik ezzel a földdarabbal a természetes folyamatok során. Az első évben a teljes területet betérítette a parlagfű, a második évben a parlagfű több mint ötven százalékban visszaszorult és átadta a helyét más növénykultúráknak (lóhere, gyermekláncfű, útilapu, a lósóska, fehér üröm, máriatövis, paréj, libatop), míg a harmadik évben már húsz százalék alá esett vissza a parlagfű aránya az adott területen, irtás nélkül. Öt év elteltével az eredeti területnek mindössze 1-2 %-án volt parlagfű.

Egyes kutatások szerint a parlagfű fokozza a szervezet őssejt-termelését, és ezáltal a rák-ellenes gyógyászat legfontosabb felfedezése lehetne.

Ellenőrző kérdések:

Honnan származik a Parlagfű?

Mit jelent, hogy pionir növény a Parlagfű?

Milyen megporzású a növény?

Mennyi csíráképes magot termel egy növény és a magok mennyi ideig őrzik meg csírázókéességüket?

Mettől meddig virágzik a növény?

Hogyan bánjunk el a parlagfűvel?

A parlagfű nagymértékű felszaporodásának a közegészségügyi és gazdasági károsító hatása számottevő. Az utóbbi években a belterületeken az önkormányzatok és a lakosság jelentős erőfeszítéseket tettek a parlagfű visszaszorítására. A parlagfű elleni védekezés országos hatékonysága azonban még nem érte el az elvárható szintet.

A sikeres védekezés feltétele a csirázás időszakának kezdetén elkezdett folyamatos monitorozás, mely belterületen az önkormányzatok feladata. A védekezés további alapvető feltétele az ismeretterjesztés.

VÉDEKEZÉSI MÓDSZEREK:

Nem mezőgazdasági területeken a technológiák sokasága áll rendelkezésre a parlagfű kiirtására.

Mindegyiküknél alapelv, hogy a virágzás előtt kell alkalmazni azokat. Helytelen a már virágzó növények kézi gyomlálása, vagy kaszálása, mert a nagy tömegű virággal való érintkezés allergiát válthat ki. A kézi gyomlálás előnye, hogy teljes mértékben letávolítja a növényt. Hátránya, hogy igen munkaigényes (kicsi a területteljesítmény), a munkát végző személy ki van téve a kontakt bőrgyulladás veszélyének, továbbá a módszer talajbolygatással jár, így további magvak csirázását serkenti.

Hasonlók mondhatók el a kapálósos eltávolításról is, amelynek előnye, hogy nem kell közvetlenül érintkezni a növényvel, és nagyobb területen is alkalmazható. A kaszálás nagyon hatékony megelőző módszer. Amennyiben a földhasználó a mechanikai védekezést választja, úgy az első kaszálást a virágbimbók megjelenése előtt 1-2 héttel kell elvégezni. A parlagfű már kialakult állományaiban ugyanakkor az egyszeri kezelés már nem okozza a növény pusztulását, mert az alacsonyan elhelyezkedő oldalrügyeiből kihajt. Biztos eredményt csak az évi háromszori, 2 cm magasságban elvégzett kaszálás hoz. A generatív fejlődési szakaszába induló növény a kaszálás okozta stresszhatást nehezen viseli el. A gyeptelepítés az egyik leghatásosabb védekezés. A gyeperősítést kaszálással vagy szelektív gyomirtással gyorsíthatjuk meg. A fertőzött területek túlnyomó részén a parlagfű gazdaságos irtása mechanikai és kémiai védekezés együttes alkalmazásával, gyomirtó szerek felhasználásával oldható meg legkönnyebben. A megfelelő vegyszer kiválasztását mindig az adott terület adottságaihoz kell igazítani. Gyomirtó szerek alkalmazásánál használhatunk talajon keresztül ható készítményeket, amelyek a csirázó kis növényt már korán elpusztítják, vagy a már kikelt növények ellen alkalmazhatunk levélen keresztül ható vegyszereket. (A már kikelt gyomnövények ellen elsősorban a glifozát, valamint a glifozinát-ammónium hatóanyagú gyomirtó szerek alkalmazása célszerű. A glifozát hatóanyagú készítmények felszívódó tulajdonságúak, dózistól függően mind a magról kelő, mind az évelő egy-és kétszikű gyomnövények ellen hatékonyak. A glifozinát-ammónium hatóanyag perzselő hatással rendelkezik, csak magról kelő gyomnövények ellen használható eredményesen.)

A parlagfű elleni védekezésen túl fontos, hogy a többi allergén ellen is védekezzünk, mivel ezek a növények együttesen fejtik ki irritáló hatásukat. A gyomfajok felismerése nehéz, de mivel legalább 70%-uk allergén, a legjobb védekezés, ha a gyomos területeket mindenhol felszámoljuk. A teljesség igénye nélkül kiemeltünk néhányat, melyek gyakran előfordulnak: pl. Utifű (utifűfélék), Falgyom (csalánfélék), Vadsóska, Lórom, (keserűfűfélék), Üröm (fészkesvirágzatúak), Libatop (libatopfélék), Disznóparéj (disznóparéjfélék), Angolperje (pázsitfűfélék), Csenkesz (pázsitfűfélék), Ebír (pázsitfűfélék).

A parlagfű irtásának elmulasztása szankciókat von maga után. Aki a kertjében, földén nem irtja a parlagfűvet, a törvény szerint akár 1 millió forintra is büntethető.

Parlagfűirtás

A növényvédelemről szóló törvény értelmében a földhasználó minden év június 30 –ig köteles az ingatlan területén a parlagfűvirágzást megakadályozni, és az állapotot a vegetációs időszak végéig fenntartani. A jogszabály lehetővé teszi, hogy akár a tulajdonos tudta nélkül is kényszerkaszálást végeztessenek. A terület tulajdonosa 200 ezertől 2 millió forintig büntethető.

forrás, jogszabály: magunk.hu

Mielőtt nekilátnál a parlagfű irtásának a következőket vedd figyelembe:

- Mindig használj védőfelszerelést (szemüveg, kesztyű, teljes testet fedő ruha)!
- Készíttess bőrpróbát mielőtt gyűjteni indulsz!
- Szüleid és nevelőid engedélye nélkül ne gyűjts!
- A gyűjtés hirdető szervezettel vedd fel a kapcsolatot a fontos tudnivalók érdekében!

Ellenőrző feladatok:

Mik a sikeres védekezés feltételei?

Sorolj fel néhány hatékony védekezési módszert!

Milyen szankciókat von maga után az irtás elmulasztása?

Miket kell figyelembe vened, mielőtt nekiállsz az irtásnak?

Lehet védekezni a pollenallergia ellen? IGEN

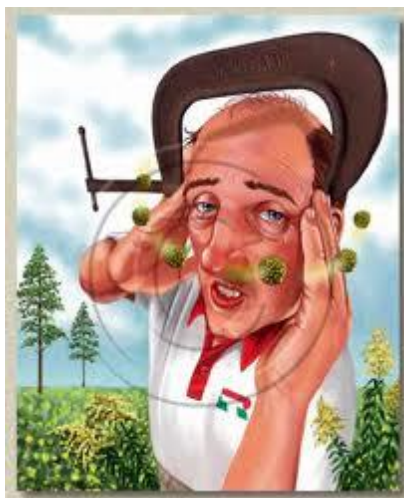
Az allergia nem gyógyítható, tehát aki egyszer allergiás lesz valamire, legyen az akár étel, pollen, fém vagy a nap, az általában többé nem szabadul az adott dologgal kapcsolatos érzékenységtől. A tünetek azonban enyhíthetőek, ehhez viszont egy allergia teszt segítségével először pontosan meg kell határozni az allergia típusát, majd ez alapján kell nekilátni a kezelésnek.

Az allergiás tünetek csökkentésének egyik módja az allergén anyagot kibocsátó forrás kerülése, de mivel a szénanátha esetében ez nem olyan egyszerű - mivel a pollenek a levegőben terjednek -, hatékonyabb az olyan tüneti szerek használata, mint például az orrcsepp vagy orrspray. Ám ezek csak amolyan tűzoltás jellegű megoldások, és ráadásul két hétnél tovább tartó használatuk nem is ajánlott.

Az allergiával szembeni harc leghatékonyabb módja a **megelőző kezelés**. Ez olyan gyógyszerek szedését jelenti, melyek megállítják a szervezet viszketésért, duzzadásért és nyálkaképződésért felelős anyaga, a hisztamin termelődését. Ezek, az úgy nevezett antihisztaminok képezik a legtöbb allergia gyógyszer alapját.

Néhány tipp, tanács az allergiás tünetek megelőzése, enyhítése érdekében:

- A pollenidőszak alatt, ha lehet, csak éjszaka szellőztessünk, napközben tartsuk zárva az ablakokat!
- Kirándulások alkalmával használjuk ki a lombos erdők levegőtisztító hatását, a magasabb hegyek jó levegőjét!
- Ügyeljünk az egészséges táplálkozásra, szervezetünk karbantartására! Minél több természetes eredetű ételt, zöldséget, gyümölcsöt fogyasszunk!
- A stressz is egyik alapvető kiváltója lehet az allergiának. Törekedjünk stresszmentes környezetre!
- Mozogjunk, sportoljunk rendszeresen!
- Figyeljük a pollenjelentéseket!
- Mindig tartsuk be az orvos utasításait!
- Ruházatunkat mossuk lehetőség szerint naponta, cipőnket is vizes ruhával töröljük meg.
- Ágyneműhuzatunkat, törölközőnket cseréljük és mossuk gyakrabban.
- Hajunkat lefekvés előtt naponta mossuk meg.



Ellenőrző kérdések:

Minek a segítségével tudhatod meg, hogy mire vagy allergiás?

Hogyan enyhíthetőek a tünetek?

Sorolj fel min. 3 tippet, amivel megelőzheted, enyhítheted az allergiát, allergiás tüneteket?

Összefoglaló feladatsor:

1. Egészítsd ki a mondatokat!

A parlagfű északi területéről származik.

Majdnem éve, hogy az első példányát megtalálták Magyarország délkeleti részén.

Napjainkban a mezőgazdaság egyik legveszélyesebb növényévé vált.

2. Sorold fel a parlagfű előfordulási helyeit!

.....

.....

.....

3. Karikázd be a helyes választ!

1. *Mit jelent az allergia szó?*

1. betegség
2. túlérzékenység
3. virágpor

2. *Mit okoz a parlagfű pollenje?*

1. elhízást
2. vakságot
3. allergiát

3. *Mivel szokták összekeverni a parlagfűvet?*

1. vadkenderrel
2. fekete ürömmel
3. mogyoróval

4. *Hol telepszik meg a parlagfű?*

1. erdőben
2. megműveletlen szántóföldön
3. vízparton

5. *Mikor virágzik a parlagfű?*

1. júliustól-októberig
2. márciustól-májusig
3. májustól-júniusig

+1. *Melyik a leghatásosabb védekezési mód a parlagfű elterjedése ellen?*

1. öntözés
2. parlagon hagyott területek megművelése
3. figyelmeztető táblák elhelyezése

1. sor: A parlagfű is kiváltja
2. sor: Nyárvégi-őszi pollenszezonba tartozó allergén
3. sor: Ha megfázol ez következik be
4. sor: Tavaszi pollenszezonba tartozó fa
5. sor: Ilyen növény a parlagfű
6. sor: A parlagfű virágának színe
7. sor: Szervezetünk védekező képessége
8. sor: Allergia okozta betegség
9. sor: Azokat az antigéneket hívjuk így, amelyek nem csak egészséges immunválaszt, hanem tüneteket is okoznak.
10. sor: Virágpor másik neve.
11. sor: Melyik az a gyomnövény, amelyiket összetévesztik a kenderrel és Észak Amerikából származik.
12. sor: Szénanátha egyik tünete.
13. sor: Nyárvégi-őszi pollenszezonhoz tartozó allergén.
14. sor: Szénanátha tünete.
15. sor: Az allergén időszakot jelző naptár neve.

Kérdésre a válasz:

7. Tudod-e mit nevezünk allergiának?

.....

.....

.....

.....

.....

8. Válaszolj a következő kérdésekre!

Mit nevezünk allergénnek?

.....

.....

Mi az allergia legsúlyosabb megnyilvánulása?

.....

Melyik sport ajánlható leginkább az asztmásoknak?

Miért?.....

.....

9. Sorold fel, mi válthat ki allergiát!

.....
.....
.....

10. Igaz vagy Hamis állítás? Karikázd be a megfelelő betűjelet!

A parlagfű az 1800-as évek elején a gabonaszállítmányokkal érkezett Amerikába. **I - H**

A parlagfű csíranövényeinek sziklevelei csupaszak, csúcsuk helyes. **I - H**

A virágporra érzékenyeknek gyakran kell haját mosni. **I - H**

A parlagfű Magyarországon először a Balatontól délre jelent meg. **I - H**

Az allergia a szervezet kóros reakcióképessége. **I - H**

A szénanátha fulladással jár. **I - H**

Felhasznált irodalom:

- Együtt a Parlagfű Ellen Alapítvány munka tankönyve a parlagfűről
- www.nepegeszseg.net - A parlagfű és az allergia című kiadványa
- www.behsci.sote.hu
- www.drinfo.eum.hu
- www.balatonudvari.hu/dokumentumok/parlagfű.pdf
- www.eletforma.hu