

Allergie en allergieonderzoek

Uw arts heeft bij u een allergie geconstateerd of er wordt aan een allergie gedacht. Allergie is een overgevoeligheidsreactie van het afweersysteem van het lichaam op onschadelijke stoffen zoals stuifmeel, huidschilfers van dieren, huisstofmijt en schimmels. In deze folder vindt u informatie over diverse allergieën.



Rijnstate

*Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!*

Wat is een allergie?

Een allergie is een verkeerd gerichte reactie van het afweersysteem tegen een onschadelijke stof. Normaal hoort het afweersysteem zich te richten op schadelijke virussen en bacteriën. Wanneer het afweersysteem zich echter richt tegen onschadelijke stoffen in onze dagelijkse leefomgeving kan dat leiden tot allergische klachten bij patiënten met aanleg voor allergie.

In het geval van een allergie reageert het afweersysteem door vorming van allergische antistoffen gericht tegen niet schadelijke eiwitten, allergenen geheten, die aanwezig kunnen zijn in diverse bronnen

Inhalatie-allergenen zijn allergenen die je inademt en die zich bevinden in uitwerpselen van huisstofmijten, stuifmeel van boompollen en graspollen ('hooikoorts') en huidschilfers van dieren en worden verspreid via de lucht. Na inademing (inhalatie) van deze allergenen, binden allergische antistoffen hiermee en maken stoffen vrij die allergische klachten kunnen veroorzaken. Voorbeelden van deze klachten zijn hooikoorts en astma.

De meest voorkomende allergieën worden hier beschreven:

Pollenallergie of 'hooikoorts'

Stuifmeel van bomen, grassen maar ook onkruid is in Nederland, behalve in de wintermaanden, dagelijks in de buitenlucht aanwezig. Contact hiermee vermijden, is dan ook niet mogelijk. Patiënten die allergisch zijn voor stuifmeel hebben hooikoorts en kunnen daar behoorlijk last van hebben in bepaalde gedeeltes van het jaar.

Boompollenallergie

In Noord- en Midden-Europa komen tientallen soorten bomen voor zoals de els, hazelaar, berk, populier en plataan. Hoewel uiterlijk heel verschillend en ieder op een ander moment in bloei, worden de klachten in geval van een boompollenallergie bij meer dan 90 procent van de bevolking veroorzaakt door slechts één allergeen. Dit allergeen is aanwezig in stuifmeel afkomstig van bijna alle soorten bomen die in onze omgeving bloeien. Met andere

woorden, als iemand allergisch is voor de berk, is hij/zij ook allergisch voor de els, hazelaar, populier en eik. Boompollen zijn in Nederland in de lucht van begin januari tot en met eind mei. Dit is mede afhankelijk van het weer: bij een strenge winter gaan de bomen later bloeien dan bij een zachte winter met weinig vorst.

Graspollenallergie

Voor grassen geldt hetzelfde als voor bomen: er zijn meer dan 10.000 soorten grassen bekend, maar de klachten worden veroorzaakt door slechts vijf allergenen die allemaal aanwezig zijn in stuifmeel van verschillende soorten grassen die in onze omgeving bloeien. Ook hier geldt dat iemand dus in principe allergisch is voor al deze grassoorten. In Nederland zijn Engels raaigras, kroppaar en timoteegrass veel voorkomende grassoorten. Graspollen zijn in de lucht in Nederland vanaf ongeveer begin mei met een piek in juni. Begin augustus zijn de meeste soorten al uit bloei en in september zijn de graspollen meestal uit de lucht. Bij een mooie zomer is er vaak nog een tweede bloeiperiode in augustus.

Klimaat en hooikoorts

Als gevolg van de klimaatverandering kunnen plantensoorten die normaal niet voorkomen in Noord- en Midden-Europa zich hier vestigen. Het meest bekende voorbeeld is ambrosia. Ambrosia (ragweed in het Engels) is een onkruid dat vooral in september en oktober bloeit. In Noord-Amerika hebben veel patiënten last van ambrosia allergie. Ambrosia komt in Nederland steeds meer voor, maar veroorzaakt nog niet veel allergische problemen. De verspreiding van ambrosia in Nederland wordt onder andere bevorderd door het ophangen van vetbolletjes met zaden en pitten in de tuin in de winter voor vogels. Deze bolletjes bevatten soms ambrosia zaden.

Atopisch syndroom

Hooikoorts, astma, voedselallergie en allergisch eczeem zijn ziekten die tot het atopisch syndroom behoren, omdat ze vaak bij dezelfde patiënt voorkomen. De aanleg voor deze aandoeningen is gemeenschappelijk. Vaak krijgen patiënten op jonge leeftijd eczeem en voedselallergie, vervolgens krijgen ze hooikoorts en tenslotte krijgt een deel van deze patiënten astma. Deze volgorde van optreden van klachten wordt de allergische mars genoemd. De allergische klachten kunnen op oudere leeftijd weer in hevigheid afnemen.

Pollenallergie en voedselallergie

Als gevolg van een kruisallergie tussen boom- en graspollen kunnen patiënten met hooikoorts ook last krijgen bij het eten van bepaalde voedingsmiddelen. De meest bekende vorm van kruisallergie is die tussen boompollen en steen- en pitfruit als appel, peer en perzik en noten als hazelnoot, amandel en walnoot.

De klachten die optreden bij het eten van vers fruit staan bekend onder de naam oraal allergiesyndroom en bestaan uit jeuk in de mond aan het gehemelte en lippen en soms een gevoel van lichte zwelling van keel en lippen. Een zeer ernstige reactie na het eten van fruit (anafylaxie) komt zeer zelden voor.

De klachten bij het eten van fruit treden niet op als het fruit verhit of verwerkt is geweest. De allergenen in fruit gaan namelijk stuk door verhitten waardoor de allergische afweerstoffen er niet meer op reageren. Heftige reacties worden wel vaak gezien op noten. Deze zijn niet te voorkomen door de noten te verhitten.

Huisstofmijtallergie

Huisstofmijten zijn heel kleine spinachtige dieren, die onzichtbaar zijn voor het menselijk oog. Ze leven van huidschilfers en houden van vochtige warmte. Dit is de reden dat ze vooral in matrassen en vloerkleden te vinden zijn. Je kunt het aantal huisstofmijten wel verminderen, maar je kunt je huis nooit huisstofmijtvrij krijgen.

Een huisstofmijtallergie wordt veroorzaakt door allergenen die met de uitwerpselen van huisstofmijten worden uitgescheiden en niet door stof, zoals wel eens wordt gedacht. Huisstofmijten leven van huidschilfers en hebben een voorkeur voor stoffige, warme en vochtige omstandigheden. Ze zijn dan ook vooral te vinden in ons matras. Ook zijn mijten aangetoond in stoffen gordijnen, (hoogpolige) vloerbedekking, dekbedden en stoffen knuffels. Een patiënt met huisstofmijt allergische klachten klaagt meestal over een continue verkouden gevoel met een verstopte neus en neusuitscheiding, dikke geïrriteerde ogen en soms astma. Daarbij horen soms ook algemene klachten als futloosheid, hoofdpijn, lichte spierpijn en koortsachtig gevoel. De patiënten met de meest erge klachten voelen zich ziek, hebben moeite met zich te concentreren en hebben geen energie. De klachten zijn het hevigst binnenshuis, in de ochtend en in de vochtige herfstmaanden en het minst tijdens droge warme zomermaanden. De klachten lijken soms op een verkoudheid, maar een verschil is dat de klachten van een verkoudheid na twee weken over zijn. Vaak zijn patiënten met huisstofmijtenallergie ook gevoeliger voor allerlei prikkels als sigarettenrook, mist, stof, parfumluchten.

Diagnostiek bij allergie

Huidtest

Bij de huidtest wordt op de binnenzijde van de onderarm een druppeltje, waarin de boompollen of graspollen allergenen zijn opgelost, aangebracht. Hierna prikt men met een fijn naaldje door dit druppeltje heen in de huid. De uitslag van deze test is na een kwartier bekend. Als er een rood bultje ontstaat op de plek waar het druppeltje is aangebracht, is de test positief. Vaak jeukt het ook.

De test neemt ongeveer 30 minuten in beslag.

Als u anti-allergische geneesmiddelen gebruikt, moet u daar vijf dagen voor het onderzoek mee stoppen, om een betrouwbare uitslag te krijgen.

Bloedonderzoek (RAST test)

Bij het bloedonderzoek wordt bepaald of in het bloed van de patiënt antistoffen aanwezig zijn specifiek gericht tegen boompollen of graspollen. De uitslag van deze test laat meestal enige dagen tot weken op zich wachten. Bij kinderen wordt meestal gekozen voor bloedonderzoek.

Interpretatie van de allergietest

Belangrijk is dat een positieve huidtest of bloedtest niet automatisch betekent dat de geteste patiënt ook allergisch is. Dat is pas het geval als de uitslag van de test ook bij de klachten van de patiënt past. Bijvoorbeeld als iemand last heeft van allergische neus- en/of oogklachten vroeg in het voorjaar, maar hij/zij test alleen positief voor graspollen, dan past dit niet bij elkaar. Het stuifmeel van grassen is immers pas vanaf begin mei in de lucht. Er moet dan een andere verklaring gezocht worden voor de klachten in het vroege voorjaar. Bij twijfel kunnen we soms een neusprovocatie doen met het verdachte allergeen.

Behandeling van allergie

Beperken van blootstelling aan pollen

Bij een allergie geldt altijd dat, om klachten te voorkomen, het beste is de bron te vermijden. Dat is bij stuifmeel niet echt mogelijk. Toch kunt u zich wel enigszins voorbereiden op mogelijke klachten. Op verschillende plekken in het land worden dagelijks het aantal pollen geteld. Op basis van deze gegevens worden er hooikoortsberichten gemaakt. In het pollenseizoen worden deze hooikoortsberichten dagelijks op de tv, radio en teletekst uitgezonden en kunt u ze terugvinden op bepaalde websites. Hooikoortspatiënten kunnen op basis van een dergelijk bericht besluiten om op die dag wel of niet een fietstocht te maken, extra medicijnen tegen allergie te gebruiken of binnen te blijven.

Enkele tips waardoor u de blootstelling aan stuifmeel kunt verminderen zijn:

- Houd op warme, winderige dagen deuren en ramen gesloten.
- Lucht bij voorkeur vroeg in de morgen, wanneer het buiten nog vochtig is.
- Plaats horren voor ramen en deuren tegen de pollen.
- Draag buiten een zonnebril om de ogen tegen stuifmeel te beschermen.
- Droog wasgoed liever niet buiten, want kleding en beddengoed vangen stuifmeel op.
- Houd in de auto de ramen en blowers dicht.
- Kies voor vakantie aan zee of hoog in de bergen, daar is de stuifmeel concentratie lager.
- Ga wandelen of sporten na een regenbui of 's ochtends vroeg, dan is de concentratie stuifmeel in de lucht het laagst.
- Kies voor een terrasje pakken in de stad en laat het gaan picknicken in de vrije natuur achterwege. In de stad is drie tot vijf keer minder stuifmeel.

Saneren van de woning bij huisstofmijtallergie

De bestrijding van de huisstofmijt is op twee aspecten gericht: vochtbestrijding en beperking van stof. Dit wordt ook wel saneren genoemd (saneren betekent letterlijk 'gezond maken'). Bij vochtbestrijding is het van belang de afvoer van vocht uit huis te bevorderen en het binnendringen van vocht in huis te beperken. Wanneer een woning hierop is aangepast, kan het toch nog maanden duren voordat de klachten verminderen. Het is daarom belangrijk

geduld te hebben bij de sanering.

Hier volgen enkele adviezen die betrekkelijk eenvoudig toegepast kunnen worden in een bestaande woonsituatie. Begin altijd eerst met de slaapkamer en pas vervolgens, indien nodig, de woonkamer en andere gedeelten van het huis aan.

- Gebruik dunne katoenen of kunststofgordijnen of lamellen die regelmatig schoongemaakt of gewassen kunnen worden op 60 graden.
- Plaats alleen gesloten boeken- en kledingkasten en laat geen kleding op de grond of op een stoel slingeren.
- Gebruik op de vloeren gladde materialen, zoals parket, kurk, plavuizen en zeil. Leg niet te veel kleden op deze gladde ondergrond, want deze zijn moeilijk schoon te houden en belemmeren de ventilatie. Vooral vaste vloerbedekking met een betonnen ondergrond is een slechte combinatie.
- Zorg voor wasbare knuffels en was die regelmatig op 60 graden.
- Ventileer dagelijks, vooral de slaapkamer! Ventileer vaak en zoveel mogelijk in combinatie met verwarming (zon, kachel, cv). Zet daarom niet alleen 's zomers, maar ook 's winters de ramen dagelijks een poosje open om het huis droog te houden. Sluit ventilatieroosters in de buitenmuren nooit af, ook niet in de winter.
- Haal zoveel mogelijk het bed af en laat het beddengoed luchten. Was het beddengoed tenminste één keer per twee weken op tenminste 60 graden.
- Neem vloeren vochtig af of stofzuig. Gebruik de stofzuiger niet als bezem, maar laat de zuiger langzaam over de vloer glijden, zodat het stof met de mijten echt goed opgezogen wordt. Zuig ook stof uit hoeken, kieren, plinten en dergelijke. Gebruik een krachtige stofzuiger met papieren stofzakken die regelmatig verwisseld worden.
- Laat geen huisdieren komen in de slaapkamer. Huisdieren laten schilfers achter en kunnen er voor zorgen dat het aantal mijten toeneemt.

Geneesmiddelen voor allergie

De behandeling met medicijnen van hooikoorts bestaat uit een combinatie van neussprays, oogdruppels en antihistaminica (tabletten tegen allergie) of immunotherapie. Op tijd beginnen en consequent gebruik van medicatie is van belang voor een goed effect.

Neussprays

Wanneer er sprake is van forse en vrijwel dagelijks aanwezige neusklachten worden corticosteroïden (ontstekingsremmers) of antihistaminica (anti-allergisch) in de vorm van neussprays voorgeschreven. Deze zijn met name effectief als de neus verstopt zit. Een combinatiespray (zowel anti-allergisch als ontstekingsremmend) kan van aanvullende waarde zijn. Neussprays werken alleen bij dagelijks gebruik gedurende een aaneengesloten periode van minimaal vier tot zes weken.

Overige neussprays

Neussprays met corticosteroïden zijn alleen op recept te krijgen bij de apotheek. Andere neussprays die zonder recept verkregen kunnen worden bevatten vaak zoutoplossing of xylomethaxoline. Een spray met zout water kan zo nodig en onbeperkt gebruikt worden. Het kan helpen een zoutwaterspray te gebruiken voordat u de andere neusspray gebruikt om de neus goed open te krijgen, zodat het medicijn op de juiste plek (het slijmvlies) aankomt. Xylomethaxoline ontzwelt het neusslijmvlies en heft zo tijdelijk neusverstopping op. Deze spray mag echter nooit langer dan zeven dagen gebruikt worden, omdat anders bij staken de neus verstopt blijft en u er afhankelijk van kan worden.

Antihistaminica

Antihistaminica zijn tabletjes die de werking van histamine blokkeren, de stof die vooral verantwoordelijk is voor de acute klachten. Antihistaminica kunnen worden ingenomen bij acute klachten, maar bij dagelijkse blootstelling aan stuifmeel is het verstandig ze elke dag in te nemen. Antihistaminica alleen helpen vaak onvoldoende en dan zijn patiënten ook aangewezen op een neusspray. Antihistaminica bestaan ook in de vorm van oogdruppels en neussprays.

Cromoglycaten

Cromoglycaten maken dat mestcellen minder snel hun stoffen uitstoten. Cromoglycaten worden eigenlijk alleen nog maar voorgeschreven in de vorm van oogdruppels. Deze oogdruppels zijn vaak minder effectief dan oogdruppels met antihistaminica en werken alleen goed bij dagelijks gebruik.

Longmedicatie

De behandeling van astma wordt hier niet besproken al komt astma regelmatig voor bij patiënten met een allergie. Wanneer u naast uw allergieklachten ook klachten van astma of benauwdheid heeft, vermeld u dit dan aan uw KNO-arts. Een eventuele verwijzing naar een longarts kan dan worden overwogen.

Immunotherapie

Immunotherapie is een behandeling van drie tot vijf jaar, waarbij de patiënt door middel van injecties of smelttabletten met extracten van stuifmeel van grassen, bomen en/of huisstofmijt minder gevoelig wordt voor het allergeen. In de eerste twee jaar van de behandeling nemen de oog- en neusklachten af. Er zijn aanwijzingen dat een aantal patiënten door immunotherapie geen astma ontwikkelt. De behandelduur is echter drie tot vijf jaar en deze extra periode is bedoeld om te zorgen dat patiënten tolerant blijven voor stuifmeel en huisstofmijt, óók nadat zij stoppen met immunotherapie.

Na een injectie is er een zeer kleine kans op een ernstige acute bijwerking. Dit is de reden waarom immunotherapie met injecties altijd plaats moet vinden onder supervisie van een arts en de patiënt na een injectie 30 minuten moet wachten.

Bij tabletten neemt u het middel alleen de eerste keer in de praktijk van de arts in en wanneer dit goed gaat, is het veilig om daarna de behandeling thuis voort te zetten.

Immunotherapie kan niet gegeven worden als de patiënt ernstig astma heeft of als hij/zij allergisch is voor een dier dat in huis aanwezig is. Ook als de patiënt klachten heeft van een hartziekte of een kwaadaardige aandoening wordt immunotherapie niet gestart. Voor meer informatie over immunotherapie verwijzen wij u naar de folder over immunotherapie

Vragen

Wanneer u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft, beantwoordt uw behandelend arts deze graag.

Telefoonnummers

Polikliniek KNO Rijnstate: 088 - 005 7780

Zie voor meer informatie: www.kno.nl/KNO-folders

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de
regio Arnhem, Rheden
en De Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl