

حساسية الأنف (حمى القش)

نبذة مختصرة:

- تحدث بسبب ردة فعل الجهاز المناعي تجاه بعض المهيجات.
- أعراضها تشبه أعراض الإنفلونزا لكنها تختفي بزوال المهيج.
- الإصابة بأي نوع من أنواع الحساسية هو عامل خطورة للإصابة بها.
- يركز العلاج على التخفيف من الأعراض وليس علاج الحساسية نفسها.
- الابتعاد عن المهيجات من أهم سبل الوقاية من حساسية الأنف.

تعريف الحساسية:

هي ردة فعل للجهاز المناعي لدى المصاب بالحساسية تجاه بعض المواد (كاللقاح، العث، الفطريات، بعض الأطعمة ... وغيرها) التي بطبيعة الحال لا تؤثر في الأشخاص الطبيعيين.

من عادة الجهاز المناعي محاربة المواد الضارة التي تدخل الجسم، لكن في حالة الحساسية يقوم بمحاربة بعض المواد كأنها ضارة (إنذار خاطئ) عن طريق إنتاج مواد مضادة (مثل الهيستامين) والتي تسبب أعراض الحساسية، وعادة ما يتحسس المصاب من أكثر من مادة.

تعريف حساسية الأنف:

هي التهاب للأغشية المبطنة للأنف، وتحدث عند تنفس أو استنشاق إحدى المواد التي يتحسس منها المصاب (مهيجات)، حيث تبدأ مجموعة من الأعراض بالظهور خلال دقائق من التعرض لهذه المواد، ويمكن أن تؤثر في النوم، القدرة على العمل، والتركيز في المدرسة.

مسميات أخرى :

التهاب الأنف التحسسي - حمى القش.

الفرق بين حساسية الأنف ونزلة البرد أو الإنفلونزا:

- تستمر حساسية الأنف طوال فترة التعرض للمهيج، أما البرد أو الإنفلونزا فتستمر لمدة ٣-٧ أيام.
- حساسية الأنف لا تسبب ارتفاعاً بدرجة الحرارة بعكس البرد أو الإنفلونزا.
- الإفرازات الأنفية من حساسية الأنف رقيقة ومائية، في حين رشح الأنف من البرد أو الإنفلونزا تكون أكثر سمكاً.
- الحكّة (ومعظمهم من العينين، الأنف، الفم، الحلق والجلد) هو شائع مع حساسية الأنف وليس شائعاً مع البرد أو الإنفلونزا .

الأسباب:

- العامل الوراثي حيث إنه إذا كان أحد الأقارب مثل الأب، الأم أو الأخوة مصاب فإن معدل الإصابة بالحساسية يرتفع.
- حبوب اللقاح والطلع هو المثير الرئيس لحساسية الأنف، فعند تواجده في الهواء، وبالأجواء الحارة والجافة، ووقت هبوب الرياح، وأثناء مواسم تلقيح بعض النباتات فإن نسبة انتشار الأعراض تزداد بعكس الرطوبة والأجواء الباردة والممطرة التي تقل ظهور الأعراض فيها، ويختلف ظهور الأعراض من شخص لآخر ومن منطقة لأخرى.
- المواد المهيجة للحساسية في البيئة المحيطة، كشعر الحيوانات الأليفة، الغبار، العفن، بعض أنواع الدخان أو الروائح.

الأعراض:

- العطاس
- السعال.
- الحكّة (العينان، الأنف، الفم، الحلق والجلد).
- رشح الأنف.
- انسداد الأنف.

- انتفاخ تحت العينين.
- صداع الرأس.
- التهاب الحلق.
- عيون دامعة، حمراء أو متورمة.

متى يجب رؤية الطبيب:

إذا لم تتحسن الأعراض ولم يتم التحكم بها خلال ٢-٤ أسابيع أو بدأت الأعراض بالتأثير على الإنتاجية وأداء المهام .

التشخيص:

يسأل الطبيب عن تاريخ العائلة والتاريخ الشخصي المتعلق بالحساسية، ثم سيقوم بفحص نسيج الأنف الداخلي للتأكد من عدم وجود تورمات أو التهابات، وقد يلجأ إلى استخدام منظار الأنف عند الحاجة.

عوامل الخطورة:

- هنالك عدة عوامل قد تزيد فرصة الإصابة بحساسية الأنف، مثل:
- الإصابة بنوع آخر من الحساسية (مثل: الربو، الاكزيما ... وغيرهما).
- إصابة أحد أفراد العائلة بأي نوع من الحساسية.
- الاتصال المباشر والمستمر بمهيجات الحساسية سواء في بيئة العمل أو المنزل.

المضاعفات:

إهمال علاج أعراض الحساسية يؤدي إلى حدوث المضاعفات التالية:

- سوء حالة الربو.
- التهاب الجيوب الأنفية.
- التهابات قناة الأذن الوسطى.

العلاج:

يركز علاج الحساسية الأنفية على التخفيف من الأعراض وليس علاج الحساسية نفسها، ويشمل:

• العلاج الدوائي (بوصفة من الطبيب):

0 مضادات الهستامين (أقراص أو بخاخات أو قطرات).

0 بخاخ الستيرويد .

0 مضادات الاحتقان (أقراص أو قطرات).

• العلاج المنزلي:

0 استخدام المحلول الملحي لغسل الأنف عندما تكون الأعراض

خفيفة، ويمكن شراؤه من الصيدلية أو القيام بصنعه بالمنزل.

الوقاية:

الابتعاد عن العناصر المسببة للحساسية، ويعنى هذا التحكم في

المحيط الخارجي الذي يعيش فيه المصاب، وذلك بالقيام بالآتي:

• إقفال النوافذ بإحكام في المنزل والسيارة، والابتعاد عن الحقائق والبساتين في موسم الربيع وبداية الصيف (وقت تكاثر طلع النبات في الهواء).

• الابتعاد عن الحيوانات التي تثير الحساسية مثل القطط، الخيل والطيور.

• التقليل من نسبة وجود عثة الغبار (وهي مخلوقات حية دقيقة تتغذى

على خلايا الجلد الميتة التي يتخلص منها الجسم أثناء النوم، وعندما

تجف فضلات هذه العثة تتطاير في الهواء فيستنشقها المصاب فتظهر

أعراض الحساسية عليه. وتعيش هذه العثة على أغذية الوسائد والسرر

والبسط والسائر والأثاث المنجد)، باتباع الآتي:

0 تغطية الوسائد بأنسجة لا تحتفظ بالغبار.

0 عدم استعمال الوسائد المحشوة بالريش أو استعمال البطانيات

المصنوعة من الصوف.

0 يجب غسل أغذية الوسائد والسرر مرة واحدة على الأقل أسبوعياً.

- o تنظيف الأرضية والسجاد بصفة منتظمة بالمكنسة الكهربائية،
وَألا يقوم بذلك مَنْ لديه الحساسية.
- o تنظيف قطع الأثاث بقطعة قماش مبللة بالماء.
- o التقليل قدر الإمكان من الأثاث الموجود في غرفة نوم المصاب
واستبدال الستائر العادية بالستائر المعدنية.
- o الاحتفاظ بالملابس في دواليب مقفل.
- o عدم السماح بدخول الحيوانات لغرف النوم.

الإدارة العامة لتعزيز الصحة والتثقيف الصحي

لمزيد من المعلومات، يمكنكم التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني:

Hpromotion@moh.gov.sa