

# تفاوت‌های سرماخوردگی و آلرژی

16 بهمن 1403

یک فوق تخصص آسم و آلرژی گفت: با توجه به شباهت علامت‌های آلرژی با سرماخوردگی، درمان‌های خودسرانه دردسرساز می‌شود.

سید علیرضا مهدویانی، آلرژی یا رینیت آلرژیک را بیماری التهابی شایع مخاط بینی عنوان کرد و افزود: این مسئله با عطسه‌های مکرر، خارش، آبریزش بینی و احتقان بینی مشخص همراه است.

به گزارش مهر، به گفته این فوق تخصص آسم و آلرژی، اغلب از رینیت آلرژیک به عنوان یک مشکل فصلی یا آلرژی نام برده می‌شود اما این بیماری می‌تواند با التهاب پایدار مخاط بینی و التهاب عفونی نظیر سرماخوردگی یا سینوزیت همراه باشد.

وی ادامه داد: افرادی که به بیماری‌های آلرژیک مبتلا هستند، مشکلات بیشتری با سرماخوردگی و ویروسی دارند.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، رینیت آلرژیک را به دو نوع فصلی (Seasonal) و سالپا (perennial) طبقه بندی کرد و گفت: در آب و هوای معتدل، گرده گیاهان مسئول رینیت آلرژیک فصلی هستند.

مهدویانی خاطرنشان کرد: رینیت آلرژیک سالپا (perennial) اغلب در اثر آلرژن‌های داخل محیط منزل (Indoor) نظیر مایت، (هیره) پشم و پر حیوانات خانگی مثل سگ، گربه و سوسک‌ها ایجاد می‌شود.

وی، تظاهرات کلینیکی این بیماری را شامل شکایاتی نظیر احتقان بینی، خارش، عطسه، آبریزش از بینی ذکر کرد و ادامه داد: این نشانه‌ها گاهی با خارش و اشک ریزش چشم همراه می‌شود و هنگامیکه فرد در معرض آلرژن‌های مسئول قرار گیرد این شکایات افزایش می‌یابد.

مهدویانی تاکید کرد: این بیماری با سایر بیماری‌های التهابی غشای مخاط تنفسی مانند آسم، سینوزیت، اوتیت مدیا (عفونت گوش میانی) ارتباط تنگاتنگی دارد.

وی، درمان آلرژی بینی را بر سه اصل پیشگیری از تماس با آلرژن‌ها، درمان دارویی (فارماکوتراپی) و در نظر قرار دادن حساسیت زدایی (ایمونوتراپی، واکسن‌های آلرژی) استوار دانست.

پیشگیری از تماس با آلرژن‌ها

این فوق تخصص آسم و آلرژی، اقدامات اختصاصی در راستای تماس کمتر با آلرژن‌های خارج و داخل محیط خانه را باعث کاهش ریسک حساسیت و علائم آلرژیک در فرد برشمرد.

به گفته وی، تنها اقدام مؤثر برای اجتناب از آلرژن‌های حیوانات (سگ و گربه) دور کردن آنها از خانه

است. اجتناب از گرده گیاهان و قارچ‌ها نیز با قرارگرفتن در محیط‌های دارای دستگاه‌های تهویه هوا امکان‌پذیر است.

مهدویانی استفاده از پوشش‌های ضد آلرژی (Allergen-Proof) بر روی بالش‌ها را باعث کاهش تماس با مایت‌ها دانست و تاکید کرد: ملحفه تشک و پوشش بستر خواب فرد مبتلا به آلرژی نیز باید هر هفته با آب داغ شسته شود.

نشانه‌های آلرژی با ویروس‌ها را بشناسید

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در ادامه خاطرنشان کرد: در بیماری ویروسی غالباً علاوه بر تب، سرفه، بدن درد و ضعف عمومی، شاهد بروز علائمی نظیر آبریزش بینی، گرفتگی و احتقان بینی و گلو درد در بیمار هستیم.

به گفته وی، حداقل کار در زمان ابتلاء به بیماری‌های ویروسی در موارد خفیف، رعایت موارد توصیه شده نظیر درمان علامتی، استراحت در منزل، تغذیه مناسب و مصرف مایعات و در شرایط وخیم‌تر مراجعه سریع به پزشک است.

مهدویانی، سابقه وجود آلرژی در فرد مبتلا را یکی از عوامل افتراق آن از بیماری‌های ویروسی برشمرد و گفت: در آلرژی یا رینیت آلرژیک علائم آبریزش از بینی، احتقان بینی و گاهی سرفه و سردرد وجود دارد، افراد مبتلا به آلرژی بهاره اغلب دارای سابقه این علائم در سال‌های گذشته یا حداقل ماه‌های گذشته بوده‌اند درحالی‌که در بیماری کرونا این نشانه‌ها به صورت ناگهانی اتفاق می‌افتد.

وی خاطرنشان کرد: علاوه بر این در رینیت آلرژیک معمولاً تب، بدن درد، ضعف و بی‌اشتهایی وجود ندارد درحالی‌که ویروس‌ها اغلب همراه با این علائم و بعضاً همراه با کاهش یا فقدان حس بویایی هستند.

این فوق تخصص آسم و آلرژی، وجود درگیری چشمی به صورت خارش، اشک ریزش و قرمزی ملتحمه را ویژه بیماری آلرژی دانست و گفت: این نشانه‌ها در بیماری‌های ویروسی مثل آنفلوآنزا و کرونا کمتر دیده می‌شود.

مهدویانی خاطرنشان کرد: وجود تب و سرفه شایع‌ترین شکایات در زمان ابتلاء به بیماری‌های ویروسی است که در آلرژی فصلی به کلی وجود ندارد یا کمتر دیده می‌شود، در حالی‌که خارش بینی و چشم از شکایات کلیدی برای تشخیص رینیت آلرژیک و افتراق آن از ویروس‌هاست.