

Аллергический ринит: непростой “просто насморк”

Наталья Трушенко

Что спрятано за научным определением

Если заглянуть в медицинский справочник, мы прочтем следующее: “Аллергический ринит – это хроническое воспалительное заболевание слизистой оболочки носа, вызванное воздействием аллергенов”.

В этом определении три ключевых слова: “хроническое”, “воспалительное” и “аллергены”. Хроническое – значит, лечиться придется долго, симптомы будут повторяться из года в год. Воспалительное – значит, для лечения потребуются противовоспалительные средства. Аллергены – причина болезни, значит, задача номер один – выявить “виновный” аллерген и принять меры по уменьшению контакта с ним.

Кто и когда болеет аллергическим ринитом

Развитие аллергического ринита обусловлено генетикой человека и влиянием факторов окружающей среды. Болезнь начинается обычно в детском или юношеском возрасте. Для ее возникновения требуется 2–3 сезона воздействия аллергена, поэтому аллергический ринит редко встречается у детей до 3 лет. А у взрослых, сменивших место жительства, он развивается не ранее чем через 3 года после переезда.

Проявления аллергического ринита обычно уменьшаются в период полового созревания, а к 20–40 годам вновь усиливаются. Во время беременности болезнь часто стихает, а после наступления климакса, напротив, обостряется.

Аллергены: с чем их... вдыхают

Аллергенов известно очень много. Они различаются по своей природе, химической структуре и способу попадания в организм. Аллергены, вызывающие ринит, обычно попадают в организм через дыхательные пути.

Сезонный аллергический ринит чаще всего вызывают аллергены пыльцы растений и спор плесне-

вых грибов. При аллергии к пыльце растений симптомы болезни возникают ежегодно, в одно и то же время весенне-летнего периода. При аллергии к спорам грибов признаки ринита обычно появляются в теплую и влажную погоду, чаще всего осенью и весной, особенно в период таяния снега.

Есть аллергены, которые действуют круглый год и, соответственно, приводят к постоянным симптомам аллергического ринита. Чаще всего это бытовые аллергены: микрочлещи домашней пыли, тараканы, перхоть и компоненты слюны домашних животных, перо подушки. При повышенной чувствительности к бытовым аллергенам проявления аллергии уменьшаются вне дома.

Аллергический ринит может быть связан с профессиональной деятельностью. Если это так, то симптомы болезни возникают, когда человек находится на своем рабочем месте, и уменьшаются в выходные и в отпуске. Пищевые аллергены вызывают поражение носа редко.

При аллергическом рините чихание, зуд, заложенность и выделения из носа могут появиться при контакте не только с “виновным” аллергеном, но и с табачным дымом, средствами бытовой химии, резкими запахами, при резком перепаде температуры (например, если выйти из помещения на улицу зимой или наоборот). Это нельзя назвать собственно аллергической реакцией. Это проявление повышенной чувствительности болезненной слизистой носа к любым раздражителям.

Как проявляется болезнь

Самые частые проявления аллергического ринита – чихание, обильные выделения из носа, зуд и заложенность носа.

Чихание может возникать приступами до 10–20 раз подряд, сопровождается слезотечением, может мешать спать, работать, управлять автомобилем.

Выделения из носа при аллергическом рините, как правило, обильные, прозрачные и водянистые. Появление гнойных выделений и носовых крово-

течений может быть следствием осложнений или признаком другой болезни. На характер выделений надо обращать внимание, и при их изменении стоит обратиться к врачу.

При аллергическом рините зуд может быть не только в носу, но и в горле, нёбе, ушах.

Иногда единственным проявлением болезни может служить заложенность носа. Заложенность носа вынуждает дышать ртом, что приводит к храпу, изменению голоса, сухости, раздражению и боли в горле. При длительном течении аллергического ринита часто ухудшается обоняние и изменяется вкус.

Нередко при аллергическом рините возникает поражение глаз: зуд и покраснение, слезотечение, боязнь света. При более тяжелом течении заболевания могут наблюдаться заложенность и шум в ушах, снижение слуха, головная боль, общая слабость, сонливость, снижение работоспособности.

Доктор, это лечится?

Лечение аллергического ринита должно быть комплексным. Вот три основных направления: уменьшение контакта с аллергеном, аллергенспецифическая иммунотерапия (АСИТ) и лекарственная терапия.

Уменьшение контакта с аллергеном, даже частичное, существенно облегчает течение аллергического ринита. С какими-то аллергенами проще бороться, контакта с другими невозможно избежать, но в любом случае нужно делать всё, что в ваших силах.

При аллергии к пыльце в сезон пыления стоит воздержаться от поездок за город, надо менять одежду и промывать нос и глаза после прогулок, кондиционировать воздух в помещении. При аллергии к домашней пыли нужно убрать из квартиры ковры, мягкие игрушки, уменьшить количество мягкой мебели, спрятать книги под стекло и регулярно проводить влажную уборку. Если выявлена аллергия

на домашних животных, как бы это ни было тяжело, но их надо отдать другому владельцу. Следует также регулярно промывать нос солевыми растворами. Перед предполагаемым контактом с аллергеном (например, перед выходом на улицу в сезон пыления) можно использовать спреи, которые образуют специальную барьерную пленку на слизистой носа.

Аллергенспецифическую иммунотерапию может назначить только врач-аллерголог. Суть АСИТ заключается в “лечении подобного подобным”, т.е. в лечении аллергии с помощью аллергенов. Существенное преимущество АСИТ – воздействие не на отдельные симптомы болезни, а на сам механизм развития аллергии. Но нужно помнить, что АСИТ – это длительное лечение с отсроченным результатом. Так что потребуются собранность и терпение.

В настоящее время выбор лекарств для лечения аллергического ринита очень велик. Это создает иллюзию простоты борьбы с этим недугом. Но поскольку аллергический ринит может прогрессировать и приводить к осложнениям, лечение должен назначать специалист.

А может, само пройдет?

Само, увы, не пройдет. Кроме того, во многих исследованиях было доказано, что наличие аллергического ринита увеличивает риск развития бронхиальной астмы. А у пациентов, которые уже болеют бронхиальной астмой, нелеченый аллергический ринит приводит к более тяжелому ее течению. При аллергическом рините чаще возникают и тяжелее протекают острые респираторные вирусные инфекции, синуситы и отиты.

Подведем итог. К аллергическому риниту нужно относиться ответственно и серьезно: вовремя обращаться к врачу, уменьшить контакт с аллергенами, выполнять рекомендации по лечению. Это позволит избежать прогрессирования заболевания и его осложнений.