



Hooikoorts



Hooikoorts kan voor veel mensen de pret gedurende de lente en zomer grondig bederven!

Wat is hooikoorts?

In tegenstelling tot wat de naam doet vermoeden heeft hooikoorts niets te maken met hooi, noch met koorts. De naam is echter gebaseerd op het feit dat de eerste klachten meestal opduiken in het hooiseizoen.

Hooikoorts is een allergische reactie die veroorzaakt wordt door pollen (stuifmeel) in de lucht. Pollen zijn microscopisch kleine korreltjes, afkomstig van de meeldraden van bloemen, struiken, bomen en grassen die zo klein en licht zijn dat ze zeer gemakkelijk door de wind worden verspreid.

Wanneer opletten?

Mensen kunnen allergisch zijn voor de pollen van één of meerdere plantensoorten. Afhankelijk van de pollen waarvoor men allergisch is kan de hooikoortsperiode dus vroeger of later beginnen en van enkele weken tot enkele maanden duren.

Afhankelijk van de weersomstandigheden kunnen de eerste pollen van bomen zoals berk, haagbeuk, hazelaar en els van februari tot mei voor last zorgen. Gedurende de zomer tot in de herfst zijn het vooral de pollen van kruidachtige planten, zoals grassen, paardenbloem, madeliefje, enz... die hun stuifmeelpollen verspreiden. Sporten en wandelen is aangeraden vroeg in de ochtend!

Heb ik hooikoorts?

Hooikoorts uit zich als een soort verkoudheid (ontsteking van het neusslijmvlies, met een

lopende neus tot gevolg) of astma.

Om zeker te zijn of u wel degelijk last heeft van één of andere vorm van hooikoorts kunt u dit laten testen bij uw huisarts. Hierbij wordt door het aanbrengen van stuifmeelextracten vastgesteld of, en voor welke pollen u allergisch bent.

Hoe voorkomen?

Bij warm, droog en winderig weer kunt u proberen 's namiddags zo veel mogelijk binnen te blijven, dan is de pollenconcentratie namelijk het hoogst.

Verder vermijdt u best bossen en weilanden en haalt u bij voorkeur geen boeketten met bloeiende planten in huis waarvoor u misschien allergisch bent.

Voor de meesten zal het een wensdroom blijven, maar de beste manier om hooikoorts te vermijden is tijdens het pollenseizoen naar de zee of de bergen te trekken omdat daar weinig tot geen pollen voorkomen.

Hoe behandelen?

De behandeling bestaat meestal uit het nemen van een anti-allergisch middel.

In ernstige gevallen kan men overwegen door middel van vaccinatie het afweersysteem immuun te maken voor de pollen, hiervoor worden gedurende meerdere maanden een steeds hogere dosis van de allergische stoffen onderhuids ingespoten.

Bespreek een behandeling steeds op voorhand met uw huisarts!