

### Metaalallergie

Wanneer u zich erg ziek voelt, kunt u het beste paracetamol gebruiken. Raadpleeg bij twijfel een arts.

### Wanneer moet u een arts raadplegen?

Een allergie is een aandoening die bij voorkeur door een arts behandeld dient te worden. Dit is zeker het geval bij een acuut optredende allergische reactie, bijvoorbeeld na een insectenbeet of steek. U dient zo snel mogelijk een arts te raadplegen bij:

- benauwdheid of kortademigheid
- ontstoken ogen
- aanhoudende hoofdpijn en/of oorpijn
- eerste allergische klachten bij kinderen

### Hoe voorkomt u allergische reacties?

Een allergische reactie kunt u alleen voorkomen door het contact met de stof te vermijden. Bij een allergie voor huisstofmijt is het belangrijk het huis zoveel mogelijk stofvrij te houden. Geen vaste vloerbedekking of stoffen bekleding in huis, vermindert de kans op huisstofmijt. Bij een allergie voor metaalsoorten is het raadzaam deze metaalsoorten te weren zo ook bij een nikkelallergie.

### Geneesmiddelen

Geneesmiddelen tegen een allergische reactie bevatten stoffen die de werking van histamine tegengaan: de zogenaamde antihistaminica. Deze zijn zowel vrij als op recept verkrijgbaar.

### Acute neusklachten

Bij acute neusklachten kunt u neusdruppels of een neusspray met azelastine gebruiken. De werking begint na ongeveer 15 minuten en kan tot 12 uur aanhouden. Meestal worden door het gebruik van neusdruppels of neussprays ook de klachten van het oog een stuk minder.

### Langdurige of vaak terugkerende klachten

Antihistaminica in de vorm van een tablet wordt vaak toegepast bij allergische klachten die langdurig

zijn of vaker voorkomen, zoals hooikoorts. Cetirizine en loratadine worden eenmaal daags ingenomen en werken ongeveer 24 uur.

### Huidklachten

Om jeuk te bestrijden zijn er diverse crèmes en zalven beschikbaar. Probeer bij huiduitslag niet te krabben. Dit verergert vaak de jeuk en de huid kan kapot gaan.

## Meer weten

Deze folder is onderdeel van een serie informatiefolders, die wordt uitgegeven door Alphega apotheek. Deze folders zijn ook online beschikbaar op [www.alphega-apotheek.nl](http://www.alphega-apotheek.nl).

Wilt u meer weten over dit onderwerp, uw gezondheid of de geneesmiddelen die u gebruikt? Kom dan gerust eens langs bij Alphega apotheek. Wij adviseren u graag.

Ook voor geneesmiddelen die u zonder recept koopt, raden we aan te laten controleren of ze samengaan met eventuele andere geneesmiddelen die u al gebruikt. Geef het gebruik van deze zogeheten zelfzorgmiddelen dan ook altijd door aan uw apotheek.

# Hooikoorts en andere allergische reacties

## Wat kunt u er zelf aan doen?

Vraag ons gerust om advies



altijd dichtbij

[www.alphega-apotheek.nl](http://www.alphega-apotheek.nl)



altijd dichtbij

[www.alphega-apotheek.nl](http://www.alphega-apotheek.nl)

# Hooikoorts

Hooikoorts is een allergische reactie van de slijmvliezen van neus en ogen op stuifmeel (pollen) van grassen, bomen of struiken. Hooikoorts heeft weinig met hooi en meestal niets met koorts te maken.

## Klachten en symptomen

Hooikoortsklachten zijn gebonden aan het bloeiseizoen van grassen en windbestuivende planten. Dit loopt van februari tot september. Meestal is het stuifmeel van grassen de boosdoener, maar ook het stuifmeel van bomen (berk en wilg), struiken (hazelaar) en onkruid (bijvoet en weegbree) kan klachten veroorzaken.

Gras bloeit in de maanden mei, juni en juli. Voor veel hooikoortspatiënten is dat dan ook de lastigste periode. Hooikoortsklachten zijn verschillend van aard en kunnen zowel afzonderlijk als gecombineerd voorkomen. De ernst van de klachten is afhankelijk van het aantal stuifmeelkorrels in de lucht. Hooikoorts is niet gevaarlijk. Bij langdurige klachten kan een moeilijk herstellende, beschadiging van het neusslijmvlies optreden.

## Neusklachten

Hooikoorts lijkt in het begin op een neusverkoudheid die steeds erger wordt. Het neusslijmvlies raakt gezwollen en er ontstaat een branderig en jeukend gevoel. Hierdoor ontstaan onbedwingbare niesbuien. Er stroomt eerst helder, dun vocht uit de neus dat later slijmerig, taai en soms gekleurd kan worden. Door de gezwollen neusslijmvliezen raakt de afvoer van de neusbijholtes naar de neus vaak verstopt. Dit geeft dan een vol gevoel in het hoofd en een zeurderige hoofdpijn boven de neusrug en de ogen.

## Oogklachten

Bij oogklachten jeuken de ogen; ze voelen branderig aan en tranen voortdurend. De oogleden zijn gezwollen en het oogwit is rood. Ook kunt u overgevoelig zijn voor licht.

## Mond-, keel- en longklachten

Deze klachten uiten zich in jeuk, een droog en branderig gevoel in de keel, een droge irriterende hoest, kortademigheid of een piepende ademhaling. Soms ontstaan astmatische klachten.

## Huidklachten

Huidklachten die kunnen optreden zijn zwellingen van mond en gezicht en netelroos (jeukende rode bulten).

## Oorzaken

Hooikoorts is een allergische reactie van de slijmvliezen van neus en ogen op stuifmeel (pollen) van grassen, bomen of struiken. Hooikoortsklachten ontstaan pas nadat men enkele seizoenen stuifmeel heeft ingeademd. Veel mensen krijgen hooikoorts tussen hun 15e en 25e jaar. Er zijn echter uitzonderingen.

## Voorkomen van hooikoorts

Hooikoortsklachten worden minder naarmate er minder stuifmeel ingeademd wordt. In de maanden mei tot augustus worden er hooikoortsberichten afgegeven. Deze bestaan uit een verwachting van de situatie voor hooikoortspatiënten. Ze worden dagelijks op radio en teletekst uitgezonden. U kunt de dagelijkse voorspellingen ook via internet opzoeken bijvoorbeeld op [www.weeronline.nl](http://www.weeronline.nl).

Vlak na een regenbui is de concentratie stuifmeel in de lucht het laagst. Dat is vaak een goed moment om te gaan sporten of wandelen. Ook 's ochtends vroeg is er nog niet zo veel stuifmeel in de lucht aanwezig.



In huis valt stuifmeel snel op de grond, tenminste als er geen tocht is. U kunt gerust met open raam slapen, maar doe wel de deuren dicht en stofzuig de slaapkamer regelmatig. In de zomer is het verstandig horren voor open ramen en deuren te plaatsen om het binnendringen van pollen zoveel mogelijk tegen te gaan. Bij de meeste mensen worden na een jaar of tien de klachten minder, maar vaak gaat hooikoorts niet helemaal over.

## Andere allergische reacties

### Klachten en symptomen

Een allergische reactie van het lichaam op een allergeen is vaak erg fel en soms ongecontroleerd. Dit kan zich op vele manieren uiten. Bij een allergische reactie komt uit de lichaamscellen onder andere de stof histamine vrij. Histamine veroorzaakt de meeste klachten. U kunt al bij een tweede contact met een bepaalde stof allergisch reageren. Soms treedt een allergie pas op, nadat u meerdere malen met de stof in aanraking bent geweest. Soms kunt u er overheen groeien.

### Voedselallergie

U kunt ook overgevoelig zijn voor bepaalde voeding of voedingsbestanddelen, zoals schelpdieren, noten, fruit, lactose of gluten. Een ander bekend voorbeeld van overgevoeligheid is koemelk bij baby's. Het vermijden van deze voedingsstoffen is dan noodzakelijk.