

Allerginen nuha

Allergisen nuhan syyt

Allergiset oireet syntyvät, kun herkistynyt immuunijärjestelmä reagoi voimistuneesti elimistölle vieraita aineita kohtaan. Allergisessa nuhassa hengitysteiden mukana elimistöön joutuneet vieraat aineet (allergeenit, esim. siitepöly) aiheuttavat reaktioketjun, jossa elimistön solujen sisältä vapautuu välittäjäaineita, mm histamiinia. Nämä välittäjäaineet aiheuttavat nuhaoireita.

Tupakoinnin välttäminen on allergiselle erityisen tärkeää. Allergisia oireita voivat pahentaa myös mm. perinnöllinen taipumus, runsas altistuminen, infektiot, heikentynyt terveydentila tai ilmansaasteet.

Allergisen nuhan oireet ja taudinkuva

Allerginen nuha on limakalvon reaktio, jossa nenän limakalvoturvotus ja liman erityis lisääntyvät nopeasti. Kutina, aivastelu ja tukkoisuus alkavat hyvin pian altistuksen jälkeen. Myös silmäoireet ovat yleisiä. Silmät saattavat punoittaa, vuotaa ja kirvellä. Korvatkin saattavat oireilla kutinalla ja punoituksella. Usein liman eritys lisääntyy myös nielussa, kurkkua alkaa kutittaa ja yskittää. Reaktioiden voimakkuus vaihtelee eri ihmisillä.

Allerginen nuha voidaan jakaa **kausinuhaan** ja **ympäri vuotiseen** nuhaan.

Kausinuhan tyypillisiä aiheuttajia ovat siitepölyt ja ulkoilman homeet. Kausinuha alkaa tavallisesti lapsena tai nuorella aikuisiällä, ja oireet lievenevät iän myötä. Oireina ovat useimmiten nenän ja silmien kutina ja aivastelu sekä kirkas, vesimäinen nuhaerite.

Ympäri vuotisen nuhan tyypillisiä aiheuttajia ovat eläinpöly, huonepöly- ja varastopunkit sekä työperäiset allergeenit, kuten esim. jauhun pöly. Ristikkäisallergiaa saattaa esiintyä. Tällöin siitepölykauden ulkopuolella oireita aiheuttavat mm. tietyt kasvikset ja hedelmät (esim. porkkana, tomaatti, omena, kiivi jne.). Ympäri vuotinen nuha alkaa yleensä myöhemmin ja on pahimmillaan keski-ikäisillä.

Allergisen nuhan diagnoosi ja hoito

Allergiseen nuhaan voi liittyä myös allerginen astma. Tällöin molemmat allergiset sairaudet on hyvä ottaa lääkärin kanssa puheeksi, jotta hoito on riittävän tehokasta.

Allergista nuhaa epäiltäessä oireiden esiintymisajankohta ja -paikka ovat tärkeitä huomioida. Lääkärin tarkka haastattelu ja tutkimus paljastavat useimmiten todennäköisimmät allergian aiheuttajat ja sulkevat pois rakenteelliset viat ja tulehdukset. Nuhan ja allergiaoireiden syy

saattaa olla vaikea selvittää. Apuna voidaan käyttää ihopistokokeita, verikokeita tai altistustestejä. Lieviä oireita voi seurata ja hoitaa kotikonstein, mutta hankalien oireiden jatkuessa pitkään on syytä hakeutua tutkimuksiin. Ammatinvalinnassa on huomioitava mahdolliset allergialle altistavat tekijät.

Lääkehoitona käytetään antihistamiineja ja kortisonisumutteita. Joitakin lääkkeitä on saatavilla apteekeista ilman reseptiä, mutta lääkärin tekemä tutkimus auttaa oikean lääkkeineen löytämisessä. Tukihoitona voi käyttää nenän suolavesihuuhteluja ja öljysuihkeita tai -tippoja.

Siedätyshoito sopii parhaiten siitepölyallergiaan. Hoidon suunnittelusta ja toteutuksesta vastaa erikoislääkäri.

Lisää tietoa allergisesta nuhasta löytyy esimerkiksi Allergia- ja astmaliiton sivuilta:

<http://www.allergia.fi>