

PAVASARINIAI ŽIEDAI IR KITI PAVOJAI

AUGALŲ ŽYDĖJIMO KALENDORIUS

Augalo pavadinimas	Mėnesiai, Dekados						
	03	04	05	06	07	08	09
Lazdynas		■	■	■			
Alksnis		■	■	■	■		
Drebulė			■	■	■		
Klevas			■	■	■	■	
Uosis			■	■	■	■	
Beržas			■	■	■	■	
Tuopa			■	■	■	■	
Guoba		■	■	■	■	■	
Pušis			■	■	■	■	■
Ažuolas		■	■	■	■	■	
Liepa					■	■	■
Kiaulpienė			■	■	■	■	■
Miglė		■	■	■	■	■	■
Eraičinas			■	■	■	■	
Motiejukas			■	■	■	■	■
Pašiaušėlis			■	■	■	■	■
Diršė			■	■	■	■	
Rugys				■	■	■	
Šunažolė				■	■	■	■
Varputis				■	■	■	■
Avižuolė				■	■	■	■
Smilga					■	■	■
Miežis					■	■	■
Kanapė					■	■	■
Balanda			■	■	■	■	■
Pelynas					■	■	■
Saulėgraža					■	■	■
Kukurūzas					■	■	■

Lietuvos pulmonologų ir alergologų draugijos informacija



ŠIENLIGĖ

Kas yra šienligė?

Ligos pavadinimas gal ir gražus, bet simptomai labai nemalonūs! Šienligė yra alerginė liga, kurią sukelia žydinčių augalų žiedadulkės arba mikroskopinės grybų sporos. Šiai ligai būdingas sezoniškas – ji pasireiškia nuo ankstyvo pavasario iki vėlyvo rudens. Žiedadulkėse yra baltymų, apsaugančių augalą nuo vabzdžių bei ligas sukeliančių bakterijų ir virusų. Šie baltymai alergizuoja žmogų. Be to, žiedadulkės gali būti įvairių formų, su plyšeliais ar angelėmis, prie kurių prisitvirtina aplinkoje esantys teršalai ir, patekę į organizmą, dar labiau sudirgina kvėpavimo takų gleivinę.

Kas atsitinka, kai mus pradeda kankinti šienligė?

Prasidėjus augalų žydėjimo sezonui, alergiškus žmones pradeda varginti čiaudulys, nosies niežulys, užgulimas, sekrecija iš nosies, akių paraudimas, niežulys ir ašarojimas. Minėti

simptomai kiekvienais metais pasireiškia maždaug tuo pačiu metu, kai pražysta alergiją sukeliantys augalai, ir trunka nuo poros savaičių iki poros mėnesių.

Kaip diagnozuojama ši liga?

- Surenkama anamnezė – būdingi nosies ir akių simptomai, pasireiškiantys po kontakto su alergenu, jų sezoniskumas, kitų alerginių ligų požymiai, alerginių ligų anamnezė šeimoje;
- nosies gleivinė apžiūrinama rinoskopu;
- atliekamas citologinis nosies išskyrių tyrimas;
- atliekami kraujo tyrimai eozinofilų ir IgE antikūnų kiekiui nustatyti;
- atliekami alerginiai odos mėginiai – šis tyrimas nustato specifinius alergenus.

Kaip sumažinti šios ligos simptomus?

Kaip minėta, šienligės simptomai pasireiškia kasmet maždaug tuo pačiu metu, todėl rekomenduojama prieš 1–2 savaites pradėti vartoti antihistamininius vaistus. Taip pat reikėtų stengtis tuo laikotarpiu kuo mažiau laiko praleisti gamtoje.

Ar galima apsisaugoti nuo šios ligos?

Deja... Mokslininkai teigia, kad žiedadulkių alergines savybes skatina padidėjęs oro užterštumas išmetamosiomis dujomis ir kai kuriomis cheminėmis medžiagomis. O žiedadulkių koncentraciją ore lemia meteorologinės sąlygos – kuo šiltesnė žiema, tuo anksčiau ir intensyviau ima žydėti augalai, kuo sausesnis, giedresnis oras ir stipresnis vėjas, tuo toliau lekia ir ilgiau ore išsilaiko žiedadulkės.

Kokie augalai žydėdami dažniausiai sukelia alerginę organizmo reakciją?

Ankstyvą pavasarį pražysta lazdynai ir alksniai, netrukus žydės beržai, kurių gausu ne tik Lietuvoje, bet ir kaimyninėse valstybėse: Rusijoje, Suomijoje, Švedijoje. Birželio mėnesį sužydės liepos. Visą vasarą žydi varpiniai augalai.

Ar daug žmonių Lietuvoje vargina alerginės ligos?

Alerginėmis ligomis Lietuvoje serga apie 30 procentų žmonių, manoma, kad apie 10–15 procentų iš jų yra alergiški ir žiedadulkėms.

Kpt. Ramunė Kamaitytė,
karo medicinos gydytoja otorinolaringologė

ERKĖS

Atgyjant gamtai, pabunda ir miško parazitės erkės, kurios perneša sunkias ligas: erkinį en-

cefalitą ir Laimo ligą. Aktyvus erkių sezonas prasideda tuomet, kai dirvožemio temperatūra pakyla iki 5–7 °C, t. y. nuo balandžio iki spalio mėnesio. Didžiausia rizika užsikrėsti minėtomis ligomis kyla žmonėms, dažnai būnantiems miškingose vietovėse, kur auga apie 1 m aukščio žolės ir krūmai. Erkė dažniausia įsisiurbia į tas kūno vietas, kur ploniausia oda: kaklą, paausius, kirkšnį, pažastis.

Ligas perneša ne tik erkės, bet ir jų lervos – nimfos.

Pastebėjus įsisiurbusią erkę, reikia kuo greičiau ją ištraukti pincetu, kitu aštriu daiktu ar pirštais suėmus už galvos staigiu truktelėjimu. Žaizdelę būtina dezinfekuoti dezinfekuojamuoju skysčiu. Jei ištraukėte ne visą erkę, reikia kreiptis į medicinos įstaigą.

Norėdami išvengti erkių, renkitės taip, kad didesnė kūno dalis būtų pridengta drabužiais. Miške nepatartina sėdėti ar gulėti ant žolės. Jei naudojate repelentus (chemines medžiagas, kurios atbaido erkes), atkreipkite dėmesį, kad dauguma repelentų, skirtų apsisaugoti nuo uodų, neatgraso erkių.

Nuo erkinio encefalito galima pasiskiepyti, bet nuo Laimo ligos skiepijimo nėra. Tad grįžę iš miško, po ilgesnių turistinių kelionių gamtoje, būkite atidūs: apžiūrėkite savo kūną, išsišukuo- kite plaukus, nusiprauskite po dušu, nes kol erkė suranda, kur įsisiurbti, praeina maždaug valanda laiko. Vilkėtus drabužius reikėtų pakabinti negyvenamoje patalpoje arba saulėtoje vietoje, nes be drėgmės erkės žūsta.



Kpt. Skaidrė Jucevičienė,
karo medicinos gydytoja
dermatovenerologė

Rimo Vilavičiaus ir Karo medicinos
tarnybos archyvo nuotr.