

كيف تفرق بين نزلة البرد والحساسية الربيعية وكيف تعالجها؟



ترجمة وتحرير نون بوست

حل الربيع، وحل معه بؤس ملايين الأشخاص الذين يعانون من الحساسية الربيعية، وهي الحالة المرضية التي تعد، وفقًا لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، سادس سبب رئيسي من أسباب الأمراض المزمنة، والتي تكلف نظام العناية الصحية ما ينوف عن 18 مليار سنويًا في أمريكا وحدها. يشير الدكتور روبرت وايس، أخصائي الأذن والأنف والحنجرة وأمراض الرقبة، بأن الحساسية تعد أيضًا السبب الرئيسي لالتهاب الجيوب الأنفية المزمن، وهي حالة مزمنة تقعد الأشخاص الذين يعانون منها لأيام متعددة جزاء المرض وتؤثر على إنتاجيتهم إلى حد كبير، "ناهيك أيضًا عن الآثار العميقة التي يعكسها التهاب الجيوب الأنفية على الحياة والعلاقات اليومية لحوالي 30 مليون شخصًا يعانون منه في أمريكا وحدها" يقول الدكتور وايس، ويتابع: "الربيع والخريف هما أسوأ وقت يستثير الحساسية والتهاب الجيوب الأنفية".

تشير الإحصائيات إلى أنه وعلى الرغم من الانتشار الشديد لأمراض الحساسية، إلا أن أكثر من نصف الأشخاص الذين يعانون منها لا يطلبون المساعدة المتخصصة لحالتهم، والسبب الأكثر شيوعًا خلف ذلك، هو حالة الخلط والارتباك حول ما إذا كانوا يعانون من حالة حمى القش (التهاب الأنف الأرجي) أو من فيروس الزكام.

لذلك، إليكم هنا ثمانية طرق لتمييز الفرق ما بين نزلة البرد وحساسية الربيع:

الحمى: هجمات الحساسية لا تتضمن أي نوع من الحمى بتاتًا كجزء من أعراضها، بينما تنطوي نزلات البرد غالبًا على ارتفاع طفيف بدرجات الحرارة، أو قد ترتفع حرارة الجسم إلى درجات عالية إذا كان الفيروس المتسبب بحالة نزلة البرد عدوانيًا.

السعال: غالبًا ما تنطوي نزلات البرد على شكل من أشكال السعال، ولكن بالمقابل لا يعاني المرضى أثناء هجوم الحساسية من حالات السعال، ولكن بعض مرضى حساسية، وخاصة أولئك الذين يعانون من الربو، قد يختبرون مشاكل الصفير عند التنفس أو السعال كجزء من الأعراض المتقدمة للحساسية الربيعية.

العطس: العطس المتكرر والكثيف هو سمة مميزة لهجمات الحساسية، وخاصة لدى المرضى الذي لا يشعرون بوهن المرض.

السيلان أو انسداد الأنف: احتقان الأنف هو عرض مشترك ما بين الحساسية ونزلات البرد، وينجم عن استجابة الجهاز المناعي لزيادة تدفق الدم إلى الأغشية المخاطية الداخلية للأنف وتجويف الجيوب الأنفية، وبشكل عام، يكون السائل المخاطي الناجم عن الحساسية صافياً وذو قوام مائي، في حين يكون السائل المخاطي الناجم عن العدوى سميكًا وملوثًا، وخلافاً للاعتقاد الشائع، لون الأغشية المخاطية الأنفية لا يفيد في التمييز ما بين العدوى الفيروسية أو البكتيرية.

صداع الرأس: يسبب احتقان الأنف في كثير من الأحيان أوجاعًا في الرأس ناجمة عن الشعور بالألم أو الضغط داخل الجيوب الأنفية، وتسمى هذه الحالة أحيانًا بـ“صداع الجيوب الأنفية”، وهذه الحالة يمكن أن تحدث سواء في الحالات التحسسية أو في نزلات البرد، ولكن إذا كان الصداع متركزًا في جانب واحد، فقد يشير ذلك إلى وجود عدوى بكتيرية أكثر خطورة.

حكة العينين والأذنين والحلق: الحكة في هذه المناطق تشير بشكل دائم تقريبًا إلى أن الأعراض ناجمة عن هجمة تحسسية.

إلتهاب الحلق: كل من نزلات البرد والحساسية يمكن أن تؤدي إلى التهاب الحلق، لكن مرضى الحساسية غالبًا ما يصفون ألم الحلق بأنه أكثر “حكة” في حين تُنتج نزلات البرد التهابًا أكثر شدة و“خشونة”.

تورم الغدد: تتصاحب نزلات البرد في كثير من الأحيان مع تورم في الغدد الليمفاوية في الرقبة وأسفل الذقن، والتي تزول بعد فترة من تلقاء نفسها، وعلى النقيض، نادرًا ما تنتج الحساسية تورمًا في الغدد.

العلاج

إذا تيقنت بأن الأعراض التي تعاني منها هي نتيجة لهجمة تحسسية، فإن الخطوة الأولى هي محاولة الوصفات الدوائية لمضادات الهيستامين، مضادات الاحتقان، وبخاخات الأنف.

”تجنبًا لمعاناتك من النعاس أو فقدان النشاط في حال تعرضك لهجمة حساسية، إطلب من طبيبك وصف أحد أدوية مضادات الهيستامين غير المنومة مثل الأليجرا أو الكلاريتين“، يقول الدكتور ويس، ويضيف: ”في حال لم تكن هذه الأدوية كافية لتخلصك من معاناتك، إطلب من طبيبك وصف أدوية رذاذ الأنف الستيرويدية مثل الرينوكورت، الفلوناز، أو الناساكورت، وهناك أيضًا أدوية فموية غير منومة قد تساعد على السيطرة على الحساسية، مثل السينجولير“.

يشير وايس بأن الخيار الأفضل لعلاج الحساسية هو العلاج المناعي (Immunotherapy) أو اختصارًا الذي المتوفر الوحيد للعلاج وهو، الحساسية لمسببات المناعي الجسم فعل رد من يضعف والذي، (IT)

يشفي أمراض الحساسية، حيث ثبت بأن العلاج المناعي يقلل من احتقان الأنف وسيلانه ومن حكة العيون، فضلًا عن أنه قد يقلل أيضًا من ظهور الأعراض ويساعد على السيطرة على الربو لدى الأطفال والبالغين.

أخيرًا، عادة ما ينطوي العلاج المناعي التقليدي على حقن مستخرجات الحساسية بشكل أسبوعي ضمن العيادات الطبية.

المصدر: نيوزماكس

رابط المقال: <https://www.noonpost.com/11050/>