

14.9x32.68	1	עמוד 25	מוסף שבועי	יום ליום -	11/05/2016	53230233-1
האגודה הישראלית להומיאופתיה קלאסי - 48840						



אהובה רוזנוסר

איך מטפלים באלרגיות אביב?

מוצרי הבד. טיפול - ניתן לטפל באלרגיה עונתית ע"י תרופות (אנטיהיסטמינים וסטרואידים) בצורות מתן שונות כגון תרסיסים מקומיים, טיפות עיניים, משאפים, כדורים וכו' ויש השוקלים חיסונים אימונולוגיים למיגור האלרגיה במקרה שסוג האלרגן הגורם לאלרגיה ידוע.

הטיפול ההומאופתי בתופעות של אלרגיה
 הטיפול ההומאופתי מתבסס על שימוש בחומרים שיש ביכולתם לגרום לאנשים בריאים תופעות דמויות אלרגיה. בכך ההומאופתיה מעודדת את כוחות הריפוי הטבעיים של הגוף במטרה לרפא את הנטייה האלרגית לטווח הרחוק ולא לטפל רק בדיכוי תסמיניו של התקף בודד. למשל, כאשר אנו מקלפים בצל, העיניים מתחילות לצרוב ולדמוע והאף מתחיל לטפטף. הסימפטומים הללו, שמוכרים לכולנו, מתאימים ל'תמונת המחלה' של ההכנה ההומאופתית מהבצל עצמו. כך, אדם שסובל מקדחת השחת ומציג סימפטומים שמתאימים לתמונה שהבצל יוצר, יקבל את ההכנה ההומאופתית של הבצל ומצבו ישתפר מהר מאוד.

ההכנה ההומאופתית מותאמת על בסיס מכלול הסיבות שגרמו להתפרצות התופעה ובהתאם לאופן הייחודי שבו היא מתבטאת בכל מקרה. הטיפול ההומאופתי מותאם לכל חולה וחולה על בסיס תסמיניו, אישיותו, ההיסטוריה הרפואית שלו, רגישותו ומאפייניו הייחודיים, כפי שהם מובאים בעת התשאל שיעורך לו המטפל ההומאופתי. לרוב, התרופה ההומאופתית תינתן במקביל לתרופה הקונבנציונאלית שניתנה למטופל הסובל מאלרגיה. עם ההתחזקות של מערכת החיסון, ניתן יהיה להפחית בהדרגה את כמות התרופה שניתנת לאדם עד להפסקה מלאה.

טיפול הומאופתי הניתן על ידי הומאופתים מוסמכים מסוגל להציע לסובלים מאלרגיה פתרונות מהירים, יעילים ונטולי תופעות לוואי, המתאימים לכל גיל. הצלחה בטיפול באלרגיה תיחשב בהומאופתיה קלאסית למצב שבו ההתקפים פוחתים עד היעלמותם המוחלטת. ואכן מחקרים מוכיחים הטבה משמעותית (כ-80%) בהתפרצות התופעות האלרגיות ובחומרת התסמינים, אצל מרבית הסובלים מאלרגיה, שטופלו בהומאופתיה.

כמה מהתרופות ההומאופתיות שיסייעו לכם לטפל בתופעות האלרגיה:
Allium Cepa - יעילה להצטננויות ולקדחת השחת שסימניהן: עיטוש מתמיד, עיניים דומעות, ונזלת כה שופעת וצורבת שהנחיריים והשפתיים מאדימים.
Euphrasia - מתאימה למצבי אלרגיה המתבטאים בתחושות עזות של שריפה, גירוי, גירוד, ורגישות של העיניים לאור, המלווה בדמעות צורבות.
Sabadilla - מתאימה למי שסובל/ת מהתקפי שיעול ממושכים ומתישים ועיניים דומעות לאחר כל שיעול.

Gelsemium - מתאימה להתקפי אלרגיה הגורמים תשישות וישנוניות (לא בשל התרופות!), בפרט כשההתקפים הקשים מופיעים בשעות הבוקר. הנזלת הדולפת מורגשת כמו מים חמימים. את כל ההכנות ההומאופתיות (רמדיס) מומלץ להשיג בצורה של כדורונים הומאופתיים (הניתנים לרכישה בבתי מרקחת המתמחים בכך), בריכוז הקרוי 30C. מומלץ ליטול בתדירות של אחת לשעתיים. בכל אחת מהמנות יש להניח שלושה כדורונים על הלשון. אם כעבור ארבע מנות לא חשתם שיפור במצבכם, מומלץ לפנות להומאופת/ית קלאסי/ת מורשה האגודה הישראלית להומאופתיה קלאסית ■

האביב מביא אתו התחדשות ופריחה, אך לחלק מאתנו, בשורת האביב לא כזו משמחת. מכיוון שעמו מגיעה גם בשורת האלרגיות. האלרגיה הנה מטרד בריאותי עבור אחד מכל חמישה ישראלים. הפריחה היפה הופכת לסוג של סיוט שכרוך באף דולף, התעטשויות מרובות וגירוי בריריות. למרות שלרוב נראה כאילו אין שום דרך להתמודד אתה, ניתן לטפל באלרגיה ללא צורך בתרופות מונעות על בסיס קבוע.

מהי אלרגיה עונתית?

"אלרגיה מוגדרת כתגובה מוגזמת של מערכת החיסון העצמית שלנו כנגד חומרים הזרים לה, אך אינם מוגדרים כמחוללי מחלות", מסבירה ההומאופתית ליאת גרינוולד-דלויה, החברה באגודה הישראלית להומאופתיה קלאסית. "המערכת החיסונית מתנהגת כלפי הגורם הזר (האלרגן) כאילו מדובר בפולשים, כמו נגיפים או חיידקים. וכך נוצרת תגובה דלקתית שבין השאר גורמת לשחרור של היסטמינים - חומרים כימיים האחראים לרבים מתסמיני האלרגיה כמו נזלת ודמע מהעיניים, קשיי נשימה, בחילות, סינוסיטיס, שלשולים, הקאות, תפרחות ועוד.

לא כל האנשים חווים את אותם התסמינים של האלרגיה, ובקרב חלק מהאנשים, רק תסמין אחד יהיה דומיננטי. לעתים אף קשה להבדיל בין אלרגיות עונתיות לבין הצטננות אלרגיה עונתית מופיעה בקרב כ-20% מהאוכלוסייה, נפוצה בעיקר בין חודשי פברואר-אוקטובר, ומקורה בהתפזרות של אלרגנים הנישאים באוויר מהפריחות היפהפיות של הפרחים והשיחים שסביבנו, מצמחי מדשאות ועצים שונים כגון עץ הברוש, הזית והפקאן, על פני מרחבים גדולים.

גורם נוסף המופיע בתקופה זו הוא הלחות אשר מעוררת את קרדית האבק - יצור מיקרוסקופי, טורדני המזכיר בחיצוניותו קרציה. הקרדית ניזונה מקשקשי עורנו הנושרים והפרשותיה הנישאות באוויר ונצמדות למוצרי טקסטיל (כריות, שמיכות, סדינים וכו') עשויות לגרום להופעת אלרגיה.

אז מה עושים?

"יש שלוש דרכים עיקריות להתמודדות עם אלרגיות האביב", אומרת גרינוולד-דלויה:
 אבחון - אבחון האלרגיה מתבסס על ההיסטוריה הרפואית, על בדיקת החולה בעזרת תבחני עור (תבחין דקירה, תבחין טלאי) המתבצעים על גב החולה או על אמות ידי, ועל ידי בדיקות דם מיוחדות הבודקות קיום של נוגדני אלרגיה בדם. תשומת לב מרבית ניתנת למועדי התפתחות התופעות האלרגיות ולקשר שלהן לגורמים סביבתיים שונים. מספר התבחינים מוגבל לכמה עשרות, ועקרונות לא ניתן לאבחן את כל סוגי החומרים הגורמים לאלרגיה.

מניעה - כשמה כן היא - לנסות להימנע ממגע עם האלרגנים. להימנע מהגעה למוקדי פריחות, ועוד יותר חשוב להימנע משהות בקרבת עצי אורן, זית ופקאן או בקרבת צמחים שאליהם ידוע כי ישנה רגישות. אומנם כמעט בלתי אפשרי להימנע לחלוטין מחשיפה לאלרגנים, אך קיימות כמה דרכים לצמצום הנזק. דרך יעילה למזער נזקים היא למשל נסיעה עם חלונות סגורים ברכב, הקפדה על סגירת חלונות בבית והתרחקות מגורמים המוכרים לכם כמחוללי אלרגיה עונתית עבורכם עד כמה שניתן. גם שימוש במערכות מזווג אוויר עם מסננים מתאימים יכול להפחית מאוד את כניסת האלרגנים מבחוץ אל פנים הבית. באשר לקרדית האבק, יש לוודא את ניקיונו של הבית מאבק לעתים תכופות יותר ולכבס בטמפרטורות גבוהות את