

Alergia mamy

Rozpoczął się sezon pylenia. Co jeśli mama jest alergiczką i właśnie dopadły ją pyłki wiosennych roślin (leszczyna, olcha, brzoza), czerwone łzawiące oczy, swędzenie w gardle i uszach, biały wodnisty katar? W dzisiejszych czasach alergia jest problemem powszechnym. Około połowa z nas i blisko 75% dzieci cierpi na różne alergię. Kiedy przychodzi sezon pylenia pojawia się więc pytanie: a co ja mogę wziąć?? Czy mama karmiąca piersią może przyjmować leki antyhistaminowe?

CALCIUM



topcalciumbest
.blogspot.com

Najpopularniejszy preparat znany od dawna, dostępny bez recepty.

Wapń (a nie, jak potocznie się uważa, wapno) jest odpowiedzialny za wiele procesów w organizmie, w tym zmniejszanie procesów zapalnych (do takich należy alergia). Można go dostarczać z pokarmem (zielone warzywa, orzechy, kasze) lub w razie potrzeby można suplementować. [Nie ma zalecanej dawki w okresie laktacji, maksymalna to 2500 mg.](#) Najnowsze badania wykazały że niestety jego sława jako preparatu antyalergicznego to mit. Nie ma większego działania p/alergicznego. To niestety tylko placebo. Pewną alternatywą może być Wapń z Kwercetyną.

ROŚLINY ANTYHISTAMINOWE



pixabay.com/

Fantastycznym antyhistaminantem jest cebula, zwłaszcza czerwona, dzięki zawartości **Kwercetyny**. Kwercetyna dostępna jest w wielu pokarmach takich jak jarmuż, szalotka, cebula, truskawki, żółte kabaczki czy ciemne winogrona. Właśnie dlatego tak fantastycznie nadaje się na ukąszenia os czy pszczoł. Należy przekroić cebulę i przez pół godziny przykładać ukąszone miejsce, co jakiś czas ścinając wierzchnią warstwę aby uwolnić nowy sok.

Na rynku dostępne są preparaty calcium + kwercetyna dla alergików właśnie.

LEKI PRZECIWHISTAMINOWE DZIAŁAJĄCE MIEJSCOWO

Można stosować wszystkie krople i spraye do nosa, oczu, uszu, preparaty na gardło.

Substancje czynne:

- Fluticasoni propionas (Fanipos, Flixonase)
- Oxymetazolini hydrochloridum (Afrin, Oxalin)
- Fluticasoni furoas (Avamys)
- Budesonidum (L1) (Budherin, Tafen)
- Ketotifenum krople (Zaditen – krople do oczu)
- Natrii cromoglicas (Polcrom – krople do oczu)

LEKI PRZECIWHISTAMINOWE DZIAŁAJĄCE OGÓLNI

ZE WSKAZAŃ LEKARSKICH OZNACZA TO, ŻE JEŚLI MAMA LECZY SIĘ ALERGICZNIE, STOSOWAŁA DANE LEKI PRZED CIAŻĄ I JEJ POMAGAŁY, TO PODCZAS KARMIENTA PIERSIĄ TAKŻE MOŻE KONTYNUOWAĆ STOSOWANIE TYCH LEKÓW, JEŚLI INNE LEKI JEJ NIE POMAGAJĄ.



depositphotos.com

„Leki antyhistaminowe blokują działanie receptorów H1 i H2 odpowiedzialnych za uwalnianie histaminy. Histamina jest jednym z podstawowych białek biorących udział w przebiegu reakcji alergicznej. W czasie reakcji alergicznej z komórek do krwi uwalniane są duże ilości histaminy, która m.in. rozszerza naczynia krwionośne wywołując i przyspieszając powstanie stanu zapalnego: zaczerwienienia, wysypki, opuchlizny itd.

Działanie leków antyhistaminowych polega na opóźnieniu i złagodzeniu tej reakcji, zmniejszeniu świądu.”[I]

Leki przeciwhistaminowe należą do różnych generacji, ze względu na działanie (I, II, III)

- pierwszej generacji – działające silnie sedatywnie, uspokajająco, nasennie
- drugiej generacji – działające wolniej, ale nie powodujące dużej senności
- trzeciej generacji – najnowsze leki, które działają najmniej nasennie i uspokajająco

I generacja: antazolina, difenhydramina, klemastyna (L4), dimetinden, prometazyna, ketotifen, cyproheptadyna, hydroksyzyna (L1), triprolidyna, chlorfenyramina – leki te charakteryzują się spektrum skutków ubocznych; ich działanie polega na wpływaniu na OUN, przez co powodują senność,

otępienie, zaburzenia koordynacji ruchowej, trudności w oddawaniu moczu, zaburzenia ze strony przewodu pokarmowego, wzmagają apetyt. Odchodzi się od ich stosowania.

II generacja: ebastyna, cetyryzyna (L2), loratadyna (L2), terfenadyna, azelastyna, mizolastyna, astemizol, rupatadyna – leki o przedłużonym działaniu, nie powodują tak dużej senności.

III generacja: feksofenadyna (L2), desloratadyna, lewocetyryzyna (L3), bilastyna – leki, aktywne metabolity leków II generacji, powodują najmniej skutków ubocznych

- Cetirizini dihydrochloridum (Zyrtec, CetAlergin, Allertec)
- Loratadinum (Claritina, Flonidan, Aleric, Loratadyna, Loratan)
- Levocetirizini dihydrochloridum (Xysal, Lirra, Cezera, Contrahist) – na receptę – ze wskazań lekarskich
- Bilastynum (Clatra, Bilaxten) – na receptę – ze wskazań lekarskich
- Desloratadyna (Aerius, Hitaxa, Azomyr, Deloratan) – na receptę – ze wskazań lekarskich
- W wyjątkowych sytuacjach nawet Fexofenadini hydrochloridum (Telfast, Telfexo, Flixofast, Flixonase) – na receptę – ze wskazań lekarskich

LEKI WZIEWNE

- Budesonidum (L1) – Pulmicort, Symbicort
- Formoterolum (L3) – Oxis, Symbicort, Fostex
- Salmeterol Xinafoate (L2) – Salmex, Asaris
- Fluticason (L3) – Salmex, Asaris
- Beclomethason (L2) – Fostex
- Ciclesonide (L3) – Alvesco
- Ipratropium bromide (L2) – Atrodil

KREMY, MAŚCI, ŻELE

- Dimetindeni maleas – Fenistil żel – bez recepty
- Hydrocortison 1% – bez recepty
- preparaty na receptę ze wskazań lekarza, zaleca się omijać piersi

Legenda:

L1 „najbezpieczniejsze”

L2 „bezpieczniejsze”

L3 „prawdopodobnie bezpieczne” – w przypadku leków antyalergicznym, L3 oznacza brak badań, ale obserwacje lekarzy zalecających leczenie dopuszczają te leki, jako bezpieczne podczas laktacji

L4 „prawdopodobnie szkodliwe”

L5 „szkodliwe”

POLECAM MAPĘ PYLENIA można dla swojej miejscowości:

<http://www.twojapogoda.pl/ogolna-dla-alergikow/mazowieckie-warszawa/>

Źródła:

<http://baranowscy.eu/>

<http://rosliny-lecznicze.pl/>

http://pl.wikipedia.org/wiki/Antagonisty_receptora_H1

http://www.atopowe-zapalenie.pl/atopedia/Kategoria:Leki_antyhistaminowe

<http://toxnet.nlm.nih.gov/>

<http://www.kobiety.med.pl/>

Zdjęcie:

<http://pixabay.com/>