

Alergijski semafor način je dnevnog izvještavanja o količini peludnih zrnaca u zraku određenog područja. Temeljem mjerenja količine peludnih zrnaca u prostornom metru atmosferskog zraka određuju se boje alergijskog semafora: zelena, žuta i crvena. Svakodnevna praćenja dinamike pojavljivanja alergenog peluda u zraku od primarne su važnosti liječnicima i osobama osjetljivim na određenu pelud.

Podaci o dnevnim kretanjima koncentracija peluda značajniji su u procjeni izloženosti alergenu pa se prezentiraju u obliku alergijskog semafora te peludne prognoze za određeno vremensko razdoblje. Peludni kalendar predstavlja grafički prikaz peludnog spektra u zraku istraživanog područja tijekom promatranog vremena, a najčešće se izrađuje za razdoblje od godine dana. Zbog različitosti biljnih vrsta i početka njihove cvatnje izrađuje se za svako bio-geografsko područje. Peludni kalendar prikazuje informaciju o početku, trajanju i kraju polinacije pojedine biljne vrste na određenom području.

Promjenljivost peludnog kalendara, koja se očituje iz godine u godinu, u ovisnosti je o klimatskim čimbenicima, ali i o rezultatima antropogenog utjecaja npr. sadnja novih vrsta u parkovima, različita iskorištenost zemljišta. Pojavnost simptoma alergijske reakcije ovisi o stupnju alergenosti peluda i njihovoj koncentraciji u zraku. Obzirom da izloženost određenim razinama peluda kod osjetljivih osoba ne razvija iste simptome alergijske reakcije, napravljena je tablica raspona koncentracija za pojedine skupine peluda: pelud drveća, korova i trava.

Kriterij za ocjenu razine peluda u zraku

Izrazito osjetljive osobe razvit će simptome alergijske reakcije već pri niskoj razini peluda, većina osjetljivih osoba pri umjerenoj, dok će pri visokim i vrlo visokim razinama sve osobe osjetljive na pelud razviti simptome alergijske reakcije. Poznavanje prostorne i vremenske dinamike peludnih zrnaca tijekom godine jedan je od glavnih čimbenika za prevenciju i liječenje peludnih alergija. U tom kontekstu, najbolja preventiva je smanjenje izlaganja alergenima, što je u praksi vrlo teško izvodivo.

Zbog svega toga nužno je pravovremeno informirati javnost o početku sezone cvjetanja alergenih biljaka. Procjena razine peluda u zraku i elemenata vremenske prognoze (temperatura, vlažnost, vjetrovi) može dati vrlo korisne bioprognostičke podatke koji omogućuju

osobama alergičnim na pelud prevenciju simptoma pravovremenim uzimanjem terapije (hiposenzibilizacija), organiziranje svakodnevnog života s ciljem izbjegavanja određenih peludnih alergena te planiranje putovanja i godišnjeg odmora u područja s niskim koncentracijama peluda planiranje dnevnih aktivnosti i odgovarajućih preventivnih postupaka.

Osobama alergičnim na pelud savjetuje se:

- informirati se o kretanjima peludnih alergena (pratiti alergijski semafor i peludnu prognozu) i prema njima organizirati dnevne aktivnosti;
- izbjegavati odlazak u prirodu za vrijeme sunčanog i vjetrovitog vremena;
- za odlazak u prirodu izabrati dan nakon kiše jer su tada koncentracije peludi u zraku najniže;
- nakon boravka na otvorenom prostoru pri povratku kući oprati ruke, otuširati se, oprati kosu i presvući odjeću, kako biste spriječili unošenje peludi u prostor u kojem boravite;
- ne sušiti rublje na zraku u vrijeme visokih koncentracija peludi;
- prekriti krevet i zatvoriti prozore u vrijeme najveće polinacije;
- nositi sunčane naočale i šešire tijekom dana;
- četkati i prati kućne ljubimce jer oni također skupljaju pelud;
- boraviti u zatvorenim i klimatiziranim prostorima;

- redovito uređivati svoje okućnice i travnjake;
- izbjegavati šetnju pored i kroz zakorovljene površine;
- uzimati redovito terapiju propisanu od liječnika.

dr. sc. Ivana Hrga, dipl. ing. i dr. sc. Barbara Stjepanović, dipl. ing.

Stampar.hr

VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}