



# Alergjia ndaj barit

Alergjia ndaj polenit, në gjuhë popullore e quajtur edhe si alergjia ndaj barit, është një sëmurje alergjike, shkaktarët e të së cilës në të shumtën e rasteve janë trashëguar. Në këtë rast trupi reagon në një substancë të padëmshme (Proteine të polenit) me reaksione të tepruara.

Alergjia ndaj barit është sëmundja më e shpeshtë alergjike në Evropë. Më së shpeshti ajo manifestohet në moshën shkollore apo më vonë. Në Zvicër janë rreth 1.4 milion njerëz alergjik ndaj polenit.

## Simptomat

Tipike për alergjinë ndaj barit, në thelb, është paraqitja e Sezonës së lulëzimit të bimëve shkaktare. Simptomat më të shpeshta janë: kuarja, vajtja apo mbyllja e hundës, teshtima, kuarje dhe lotim i syve, kuarje në qiellzë, hundë apo vesh. Një alergji ndaj polenit, në zhvillim e sipër

mund të kaloj në alergji astmatike (Ndërrimi i niveleve).

## Terapia

Ekzistojnë tri mundësi për zbutjen e simptomave të alergjisë ndaj barit:

- **Parandalimi:** Shmangia/Reduktimi i ekspozicionit ndaj polenit (shiko këshillat për përditshmëri).
- **Trajtimi simptomatik:** në stadet akute përdoren antihistaminikë dhe antialergetikë në formë të spërkatjes së hundës, pikave të syve dhe/ose tabletave/pikave. Varësish nga lloji i lëngimit, përdorimi i preparateve të kortisonit për çdo është i domosdoshëm.
- **Terapi imunologjike:** mundësia e vetme e përmirësimit të një alergjie ndaj polenit me kohëzgjatje më të madhe, edhe nga ana e shkaktarit,

## Stacioni i emergjencës Spitali i fëmijëve Zürich

Telefoni me pagesë për këshillime: 0900 266 71 1

---

është desenzibilizimi (zhdukja e ndjeshmërisë). Kjo terapi kërkon një sqarim paraprak alergologjik.

### Alergjia ndaj barit dhe sporti

Fëmijët, të cilët janë alergjik ndaj barit, guxojnë të merren me sport. Këtu preferohen sportet brenda më shumë se përjashta. Alergjikët ndaj polenit guxojnë të janë aktiv përjashta. Për zbutjen e simptomave, rreth një orë para aktivitetit sportiv, merrni (Tableta Pika) antihistaminik. Por kujdes: disa preparate veprojnë si qetësues dhe në këtë mënyrë e zvogëlojnë aftësinë e reagimit.

### Këshilla praktike të përditshme

Disa këshilla të thjeshta për zbutjen e lëngjimeve të alergjikëve ndaj polenit:

- Ajrosni vetëm në orët e hershme të mëngjesit gjegj. gjatë periodave më të gjata shiu apo vendosni në dritare (dhe në automobil) rrjeta për mbrojtje ndaj polenit.
- Në hapësira të mbyllura banimi

duhet të evitohen turbulencat (p.sh. ventilatorët), në mënyrë që poleni të mos ngrihet nga dyshemeja.

- Mos i terni petkat e lara jashtë në të hapur.
- Fëmijës tuaj në mbrëmje lajani flokët dhe fytyrën.
- Veshjet e ditës të bartura nga fëmija juaj të zhvishen para se të e vendosni në shtrat dhe ato mos i mbani në dhomë të fjetjes.
- Kositeni barin rregullisht në kopsht dhe mbani atë të shkurt. Evitoni kositjen dhe pastrimin me fshesë elektrike në prani të fëmijës.
- Me rast të ngritjes së koncentrimit të polenit në ajër (= kohë të mirë dhe me erë) mundësisht qëndrim të shkurtë jashtë.
- Jashtë të bartë syza dielli me mbrojtës anësorë dhe kapelë.
- Vini re prognozës së polenit nën adresën: [www.pollenundallergie.ch](http://www.pollenundallergie.ch) gjegj. .../Polleninfo/pollenprognose

© Notfallstation/Allergologie Kispi Zürich

---



UNIVERSITÄTS-  
**KINDERSPITAL**  
**ZÜRICH**

**Das Spital der**  
**Eleonorenstiftung**

Kinderspital Zürich - Eleonorenstiftung  
Steinwiesstrasse 75  
CH-8032 Zürich

[www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)