

Hooikoorts

Allergologie

Wat is hooikoorts?

Hooikoorts is een verzamelnaam voor allergische reacties tegen stuifmeel (pollen). Grassen en bomen vormen in verschillende bloeiperiodes pollen. Deze bloeiperiode wordt het pollenseizoen genoemd. Het pollenseizoen begint vaak al in januari of februari als de eerste bomen beginnen te bloeien (hazelaar, els en berk geven de meeste klachten) en gaat in mei over in het graspollenseizoen dat kan aanhouden tot oktober.

Welke klachten horen bij hooikoorts?

Bij hooikoorts kun je last hebben van niesbuien, een verstopte neus of een loopneus, tranende en/of jeukende ogen, kriebelhoest en benauwdheid. Deze klachten ontstaan doordat het stuifmeel op de slijmvliezen van de neus en de ogen terechtkomt en daar de allergische reactie in gang zet. Ook kunnen er algemene klachten als hoofdpijn en vermoeidheid optreden. De ernst van de klachten hangt samen met de hoeveelheid stuifmeel in de lucht. Hoe meer pollen er zijn, des te meer klachten je kunt verwachten. Bij astmapatiënten kunnen de astmaklachten verergeren.

Wat kun je zelf doen om de klachten te beperken?

1. Beperken van blootstelling aan stuifmeel

Vermijden van pollen is bijna onmogelijk. Wel kun je blootstelling proberen te beperken:

- Houd op warme, winderige dagen deuren en ramen gesloten.
- Lucht bij voorkeur vroeg in de morgen wanneer het buiten nog vochtig is.
- Plaats horren (met pollengaas) voor ramen en deuren.
- Draag buiten een zonnebril om de ogen tegen stuifmeel te beschermen.
- Droog wasgoed liever niet buiten want kleding en beddengoed vangen stuifmeel op.
- Houd in de auto de ramen en blowers dicht.
- Ga wandelen of sporten na een regenbui of 's ochtends vroeg, dan is de concentratie stuifmeel in de lucht het laagst.

2. Medicatie

Hooikoorts kan worden behandeld met medicatie die de symptomen tegengaat:

Neussprays

Wanneer er sprake is van (bijna) dagelijks aanwezige neusklachten, worden ontstekingsremmers in de vorm van neusspray voorgeschreven. Als de klachten hierdoor onvoldoende verbeteren, kan een neusspray met een ontstekingsremmer en antihistaminicum worden gebruikt. De neusspray heeft vaak ook goed effect op de oogklachten. Neussprays werken alleen bij dagelijks gebruik. Op tijd beginnen en consequent gebruik van medicatie is van belang voor een goed effect. Deze neussprays kunnen veilig gedurende langere periode worden gebruikt.

Tabletten

Antihistaminica-tabletten kunnen worden ingenomen als dat nodig is. Bij dagelijkse blootstelling aan stuifmeel is het verstandig ze elke dag in te nemen. Als de klachten onvoldoende verminderen, wordt de ontstekingsremmende neusspray met een tablet gecombineerd. Als je ondanks de maatregelen en medicatie klachten blijft houden, kan een volgende stap in de behandeling immunotherapie zijn.

3. Immunotherapie

Met immunotherapie behandel je de onderliggende oorzaak van de hooikoorts. De behandeling duurt 3 tot 5 jaar en is intensief. Er bestaan twee vormen van immunotherapie. De ene is dagelijks een tablet, de andere is periodiek een injectie. Gemiddeld genomen nemen de hooikoortsklachten met 50% af. Immunotherapie in de vorm van injecties en tabletten zijn beschikbaar voor gras- en berkenpollen. Injecties worden tijdens het hooikoortsseizoen niet gestart. Dit geeft vaak te veel bijwerkingen.

Spoedgeval na bezoek aan DC Klinieken

Bel in geval van spoed: 088 0100 998.

Vergoedingen

DC Klinieken heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dat betekent dat vrijwel alle zorg vergoed wordt. Net als in het ziekenhuis. U heeft wel een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Houd rekening met uw eigen risico. Hier vindt u meer informatie over vergoedingen en eventuele uitzonderingen: www.dcklinieken.nl/vergoedingen.

Vragen

Ga voor meer informatie en antwoorden op veelgestelde vragen naar: www.dcklinieken.nl/contact of neem contact op met ons Service- en Informatiecentrum via 088 0100 900.