

Hooikoortsseizoen weer van start

Voor mensen die allergisch zijn voor bomen is het hooikoortsseizoen weer losgebarsten. Door het mooie weer komt de pollenproductie van de berk flink op gang. Naar schatting hebben wel twee miljoen Nederlanders last van hooikoorts. Het seizoen loopt van februari tot september.

Geen hooi en geen koorts

Hooikoorts is een allergische reactie van de slijmvliezen van neus en ogen op stuifmeel (pollen) van grassen, bomen, struiken, bloemen of planten. Hooikoorts heeft weinig met hooi en meestal niets met koorts te maken. Vroeger dacht men dat het in de hooitijd voorkwam, vandaar de naam hooikoorts.

Klachten

Een allergie of overgevoeligheid is een reactie van het lichaam op bepaalde stoffen. Bij hooikoorts gaat het om het stuifmeel. Dit stuifmeel zweeft in de lucht en die adem je in. Op warme, winderige dagen kunnen er miljoenen pollen in de lucht zweven. Als de pollen in je neus, in je ogen of in je luchtwegen terecht komen, kun je hooikoortsklachten krijgen. Bijvoorbeeld een kriebelende of loopneus, tranende en rode ogen, een jeukend gehemelte, jeuk in de oren en een lichte benauwdheid. Verder maakt je lichaam slijm aan.



Berk

Verschillende soorten

Als je hooikoorts hebt, ben je meestal niet voor alle pollen allergisch. De meeste mensen zijn allergisch voor gras, dat bloeit tussen mei en augustus. Ook de berk en els verspreiden tijdens hun bloei in maart, april en mei veel stuifmeel. Als je weet voor welke pollen je allergisch bent, kun je op de zogenaamde pollenkalender zien wanneer je die pollen in de lucht kunt verwachten.

Wie krijgt hooikoorts?

Veel mensen krijgen hooikoorts tussen hun 15e en 25e jaar. De allergie voor stuifmeel kan aangeboren zijn. Toch krijgt niet iedereen klachten. Deze ontstaan pas nadat iemand al langere tijd stuifmeel (pollen) heeft ingeademd. Hooikoorts is dus niet iets dat in één keer ontstaat. Je slijmvlies wordt in de loop van jaren steeds gevoeliger, totdat de maat vol is en er allergische reacties ontstaan. Of dit gebeurt, is onder meer erfelijk bepaald. Heeft één van je ouders hooikoorts? Dan heb je 30 procent kans om het ook te krijgen. Hebben allebei je ouders hooikoorts, dan is de kans op hooikoorts 50 procent. Dit wil niet zeggen dat als je ouders geen hooikoorts hebben, jij dit ook niet kunt krijgen.

Hooikoortsklachten voorkomen

Er is geen medicijn tegen hooikoorts. Wel kun je pillen innemen en oog- en neusdruppels gebruiken om de klachten te bestrijden. Hooikoortsklachten worden ook minder naarmate er minder stuifmeel ingeademd wordt. Vlak na een regenbui is een goed moment om naar buiten te gaan. Ook 's ochtends vroeg is er nog niet zo veel stuifmeel in de lucht aanwezig. Op het platteland zit meestal drie tot vijf keer zoveel stuifmeel in de lucht als in de stad. Ook op drukke autowegen zit vaak veel stuifmeel in de lucht. Aan de kust is het aantal pollen in de lucht het kleinst.

Naar: www.anp.nl, www.weeronline.nl, www.hooikoorts.info

