

Trápí vás alergie?



Tři skupiny pylů v roce

„Pylová sezóna začíná podle počasí již koncem ledna nebo února a trvá do října, nebo dokonce začátku listopadu, dokud jsou teplé a slunné dny. Málokdo si uvědomuje, že vlastně zbývá v roce jen velmi krátké období, kdy se ve vzduchu žádné pyly nevyskytují,“ říká alergoložka MUDr. Ester Seberová. „V našich zeměpisných podmínkách jsou podle období výskytu pro alergiky nejzávažnější tři skupiny pylů. Nejdříve nastupují **pyly jarních dřevin**, jejichž představiteli jsou především bříza, habr, líska, olše, topol nebo jasan. Kvetou přibližně současně od prvních teplých dnů a ve vzduchu je nacházíme do konce května.“

Na stromy navazují **pyly trav**. Trávy kvetou většinou od poloviny května do konce července, ve vyšších polohách působí potíže až do konce léta. „Ve druhé polovině léta alergiky sužují více pyly různých plevelů, mezi nimi např. jitrocel, šťovík, merlík, zlatobýl, či kopřiva a mnoho dalších,“ pokračuje MUDr. Seberová.

Časově jako poslední se objevuje koncem srpna a v září **skupina podzimních pylů**. Jejich nejvýznamnějším zástupcem u nás je **pelyněk**.

Jaké jsou příznaky pylové alergie?

MUDr. Ester Seberová popisuje, že „klasické pylové potíže jsou **náhle vzniklá rýma, většinou vodnatá, provázená záchvaty kýchání a svěděním sliznic**. Bývá postižena i **oční spojivka** – alergický zánět se projevuje svěděním, slzením, zarudnutím až otokem očí. Lidé, kteří jsou přecitlivělí na pyly, mohou však mít i celou řadu jiných obtíží. Přibližně třetina pacientů má zároveň s rýmou také projevy na dolních dýchacích cestách, tedy **příznaky bronchiálního astmatu**. Ty se projevují buď jako dráždivý kašel, nebo pocity dušnosti, které se dostávají nejčastěji při sportování v přírodě, spojeném s intenzivní inhalací pylových zrn,

ale i v klidu v noci.“

Intenzivní potíže mívají děti, snad i proto, že se více pohybují venku. Nezřídka se u nich setkáváme s celkovou nevůlí, bolestmi hlavy, únavou, nesoustředěností a nespavostí, výjimečně i zvýšenou teplotou. Přímý kontakt s pylem může vyvolat i kožní reakci v podobě svědivé vyrážky.

Co s tím?

Alergiků bohužel přibývá a v moderním světě přibývá i mnoho rizik, která vyvolávají alergické reakce nebo jejich průběh podporují. Lékařská věda zatím nepokročila natolik, aby tomu dokázala zabránit. Naštěstí existuje široká škála léků a léčebných režimů, které alergické příznaky zmírňují. **Pro pylového alergika je nejdůležitější znát spektrum pylů, na které je přecitlivělý, a pak s pomocí pylového zpravodajství (dostupného v tisku, televizi nebo rozhlase) přizpůsobit své aktivity a léčbu momentálnímu výskytu pylů.** Mnohdy tak může předejít zbytečným komplikacím.

Alergeny všude kolem nás

Podle statistických přehledů trpí v České republice každý čtvrtý občan nějakou alergií, nebo se u něho již alergické příznaky projevily. Nejen o pylových alergiích, ale i o **alergii potravinové** jsme psali v našem dřívějším článku, který najdete [ZDE](#)