

Bệnh viêm mũi dị ứng

Viêm mũi dị ứng là nhóm các triệu chứng khó chịu xảy ra khi cơ thể bạn đang tiếp xúc với một chất gây dị ứng, cụ thể gây viêm xuất tiết vùng mũi xoang. Chất gây dị ứng có thể là phấn hoa, hóa chất, thời tiết thay đổi, khói thuốc lá hay bụi, nấm mốc...

Khi cơ thể bạn tiếp xúc với một chất gây dị ứng hay còn gọi là kháng nguyên, nó giải phóng histamin. Đây là một hóa chất tự nhiên có tác dụng để bảo vệ cơ thể khỏi các chất gây dị ứng. Tuy nhiên, hóa chất này lại gây ra nhiều triệu chứng khó chịu (viêm mũi dị ứng) bao gồm chảy nước mũi, hắt hơi, và ngứa mắt.

Tình trạng này có thể ảnh hưởng đến chất lượng của cuộc sống hàng ngày của bạn, vì vậy điều quan trọng là chẩn đoán sớm và điều trị ngay để ngừa các biến chứng có thể xảy ra, nhất là bội nhiễm.

1. Các yếu tố nguy cơ

Dị ứng có thể xảy ra cho bất cứ ai, nhưng dị ứng có xu hướng di truyền. Bạn có nhiều khả năng bị viêm mũi dị ứng nếu gia đình bạn có tiền sử dị ứng. Nếu cha mẹ bị dị ứng thì cơ địa người con cũng dễ bị dị ứng. □

Ngoài ra còn có các yếu tố nguy cơ từ môi trường sống xung quanh như đã đề cập ở trên, chẳng hạn như: khói bụi; khói thuốc lá, chất hóa học, □nhiệt độ lạnh, khí hậu ẩm thấp; trời trở gió, thậm chí là mùi keo xịt tóc.

2. Triệu chứng

Các triệu chứng phổ biến nhất của tình trạng này bao gồm: hắt hơi; chảy nước mũi; nghẹt mũi; ngứa mũi; ho; đau họng; ngứa mắt và chảy nước mắt; nhức đầu thường xuyên; triệu chứng eczema loại (rất khô, ngứa da thường vì); phát ban (đỏ, đôi khi ngứa, mụn trên da)...

3. Chẩn đoán

Dị ứng nhẹ thường chỉ cần khám lâm sàng. Tuy nhiên, bác sĩ cần có sự hợp tác của bạn để thống kê lại các yếu tố nguy cơ và các chất dễ gây ra triệu chứng viêm mũi dị ứng của bạn để giúp xác định, và tìm ra các biện pháp phòng ngừa phù hợp.

Thử nghiệm dị nguyên trên da với các loại dị nguyên thường gặp nhằm xác định thủ phạm gây ra dị ứng đối với bạn. Nhưng có thể các loại dị nguyên này nằm ngoài “ danh sách “ gây dị ứng với bạn, có nghĩa khi các thử nghiệm này âm tính thì không có nghĩa là bạn không bị viêm mũi dị ứng. Thông thường, một vết sưng nhỏ màu đỏ xuất hiện trên da nếu bạn bị dị ứng với một chất.

Một thử nghiệm dị ứng phổ biến đó là xét nghiệm máu, còn được gọi là phép thử Rast. Xét nghiệm này đo lượng immunoglobulin □IgE kháng thể đối với chất gây dị ứng cụ thể đang hiện diện trong máu của bạn.

Viêm mũi dị ứng còn được phân loại như theo mùa vụ hoặc lâu năm (quanh năm).

4. Điều trị

Bệnh này được điều trị bằng một hoặc nhiều phương pháp sau đây: thuốc kháng histamine; thuốc thông mũi và xông mũi; thuốc nhỏ mắt; thuốc xịt mũi; và liệu pháp miễn dịch (tiêm dị ứng)

Thuốc kháng histamine tỏ ra hiệu quả trong điều trị dị ứng. Thuốc thông mũi được sử dụng trong một thời gian ngắn để giúp giảm nghẹt mũi và các xoang bị nghẹt. Cần thận khi bạn có huyết áp cao.

Bạn có thể tạm thời sử dụng thuốc nhỏ mắt và thuốc xịt mũi để giảm ngứa và các triệu chứng khác liên quan đến dị ứng. Tuy nhiên, không sử dụng lâu dài một trong hai sản phẩm này. Chú ý chỉ dùng kháng sinh khi có triệu chứng bội nhiễm.

Uống nước nhiều và vệ sinh mũi là cần thiết để ngừa các biến chứng, cùng cần nên nâng cao sức đề kháng của cơ thể cũng giúp chữa trị hiệu quả bệnh viêm mũi dị ứng.

5. Ngăn ngừa dị ứng

Cách tốt nhất để ngăn ngừa các triệu chứng dị ứng là quản lý dị ứng của bạn trước khi cơ thể của bạn có một cơ hội để đáp ứng bất lợi với các chất. Chẳng hạn nên bắt đầu dùng thuốc trước khi cuộc tấn công dị ứng theo mùa. Ví dụ, nếu bạn là nhạy cảm với phấn hoa vào mùa xuân, bạn có thể dùng thuốc kháng histamine trước khi phản ứng dị ứng có cơ hội xảy ra.

Một cách hiệu quả để ngăn ngừa viêm mũi dị ứng là biết được các chất gây dị ứng và các tiền triệu gây ra các triệu chứng dị ứng. Thường xuyên vệ sinh nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng để loại bỏ lông vật nuôi, nấm mốc, và bụi... là một giải pháp. Cách phòng ngừa tốt nhất là chúng ta cần biết được nguyên nhân gây dị ứng cho chính mình và mình “tránh mặt” nó trước khi nó đến...