

25

procent van de Europese bevolking heeft 'allergische rhinitis', de aandoening voor een acute of chronische ontsteking van het neusslijmvlies.

HOOIKOORTS

MILJOENEN NEDERLANDERS KAMPEN MET GRASPOLLENALLERGIE

# Het is weer een tranendal

Hoesten, niezen, zere ogen: mensen met een graspollenallergie hebben het momenteel niet makkelijk. En ook komende week liggen nog een paar zware 'traandagen' in het verschiet, zo voorspelt de Polleninformatiedienst van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC). Er is ook goed nieuws: immunotherapie kan helpen.

door René Steenhorst

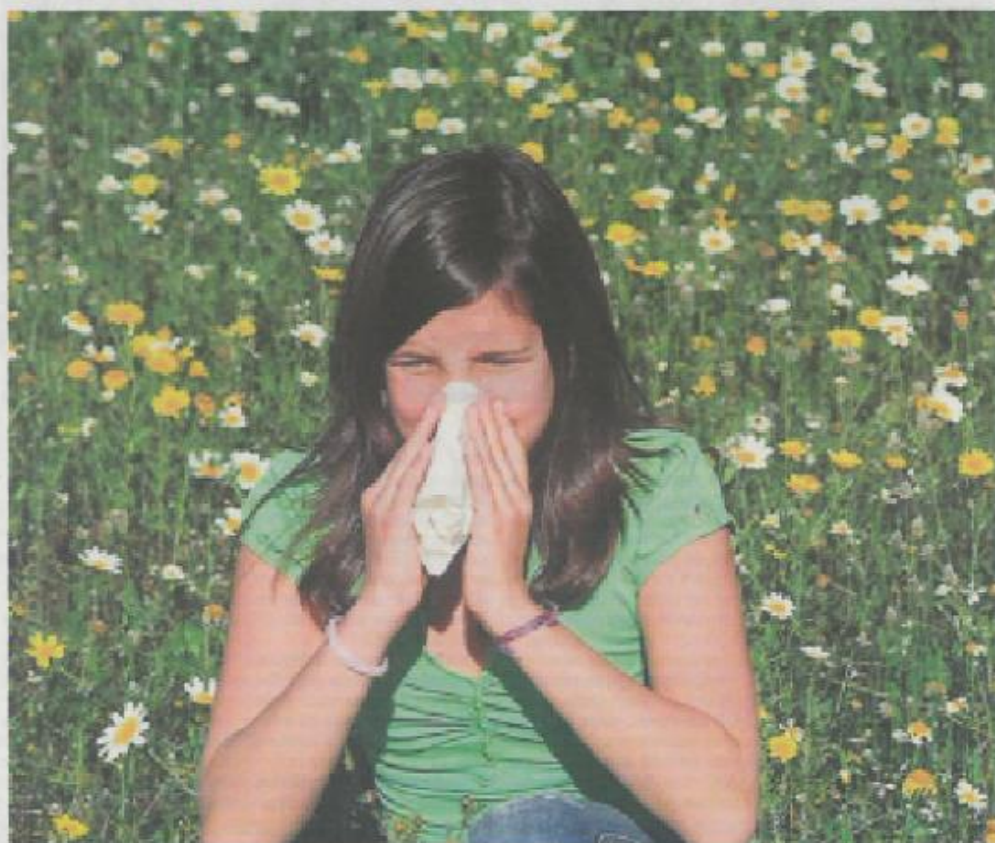
**D**e hooikoestagoff over Nederland en België, veroorzaakt door een zeer hoge concentratie stuifmeelkorrels in de lucht, houdt voetloepig aan. Op de meerdaagse pollenverwachting kleuren de twee buurlanden oranje en fel rood, hetgeen wijst op respectievelijk 'redelijk veel pollen' en 'veel pollen'. Komend weekende zal de stuifmeeldruk mogelijk wat gaan afnemen. Maar zeker is dat nog allergienot.

Het aantal pollen dat door grassen, kruiden en bomen in de lucht wordt gebracht, neemt toe waardoor de polldruck hoger wordt", zegt bioloog dr. Maurice Martens van Pollenieuws.nl. "Tijdens droog weer is dat vooral in Nederland en België het geval." Met de wind die uit oostelijke richting komt, worden volgens Martens ook pollen uit Oekraïne en Hongarije naar richting opgestuwd.

Zeker tot zaterdag zalendag worden twee- tot 2,5 miljoen Nederlanders gehinderd door benauwdheid, soms veelvuldige niezen en/of dikke rode jeukende ogen. Binnenhuis blijven, de blootstelling aan pollen ontlopen, lijkt allergieën de beste remedie.

## Ontsteking

Een kwart van de Europese bevolking heeft 'allergische rhinitis', de aandoening voor een acute of chronische ontsteking van het neusslijmvlies. De helft daarvan kampt - zoals nu - met een graspollenallergie, ofwel één op de acht mensen. De klachten zijn go-



Een drie jaar durende immunotherapie kan hooikoortspatiënten helpen van hun klachten af te komen. FOTO'S: IZORÉ

onden aan het blootstaan van bomen, grassen en wind bestaande planten.

"Voor velen wordt het de komende tijd helaas een kwestie van lijfschaam ondergaan", zegt keel-, neus- en oorarts dr. Jan van der Borden, allergiebehandelaar in het BovenIJ Ziekenhuis te Amsterdam. Van der Borden zegt goede

## 'Velen moeten het lijdzaam ondergaan'

resultaten te boeken met immunotherapie tegen allergieën zoals pollen, maar ook huisstof. De arts zegt een flinke toename te zien van het aantal nieuwe patiënten met een pollenallergie.

Immunotherapie pakt de wortel van de allergie aan, daar waar te vaak alleen symptomen worden bestreden. De behandeling wordt

ook wel desensibilisatie of hyposensibilisatie genoemd en grijpt in op het werkingsmechanisme van een allergische aandoening. Van der Borden: "Kort gezegd wil je dat het immuunsysteem minder gevoelig wordt. Daartoe dien je telkens een beetje van de allergische stof toe waarvoor iemand overgevoelig is. Dat kan dus via

een dagelijks smelttabletje en/of desensibilisatiedruppels. De doering wordt gaandeweg steeds iets opgevoerd. Zoelst uiteindelijk, zo is althans de bedoeling, het immuun- of afweersysteem de overpekkende stof niet meer als 'bedreigend' herkent en de allergische afweerreactie uitblijft. De 'afweer' is dan als het ware enigszins geherprogrammeerd met een tabletwoein."

De behandeling duurt totaal drie jaar. "Dat lijkt lang", zegt van der Borden. "Maar onbehandeld of niet

## TIPS VOOR SLECHTE DAG

Het Leids Universitair Medisch Centrum raadt hooikoortspatiënten het volgende aan:

- > 1. Raadpleeg tijdens het graspollenseizoen (half mei-half juli) de hooikoorterverwachting. Vermijd bij een 'ongunstige' voorspelling buitenactiviteiten.
- > 2. Ga naar het strand op 'ongunstige' dagen: zeezwam bevat weinig pollen.
- > 3. Draag een zonnebril, zodat de pollen niet in de ogen kunnen komen.
- > 4. Wrijf niet in de ogen. Spoel ze liever uit met lauw water.
- > 5. Maai geen gras.
- > 6. Hang de was binnen op. Pollen kunnen in wasgoed terecht komen.
- > 7. Was goed het haar. Pollen kunnen blijven plakken in het haar.
- > 8. Houd in de auto de ramen gesloten.

goed behandeld kan een (graspollen)allergie wel 30 jaar duren." Toch geeft hij toe dat mensen in dit stadium van het hooikoortseizoen zijn aangewezen op de gebruikelijke aanpak met middelen die de ontstekingsreactie dempen, zoals antihistaminica en corticosteroïden. Deze middelen bestrijden symptomen, niet de oorzaak. "Voor de hooikoortspatiënt is dit inderdaad een veldreën zomer. Er is weinig concreets meer te doen tegen de polleninname. Maar mensen die in september, dus na het pollen seizoen met immunotherapie beginnen, hebben er vrij zeker volgend seizoen al minder last van."

