**Allergiaszezon: hasznosabbak-e a vényköteles gyógyszerek, mint a recept nélküliek, és mihez nyúlhatunk az antihisztaminokon kívül? A gyógyszerész válaszol**

**A nyár egyet jelent a családi nyaralással, strandolással, kirándulással, mindezek mellett azonban sokak számára hordoz kellemetlenséget is. A pollenben gazdag hónapok megkeseríthetik az allergiások vakációját, sőt, hétköznapjait is. Sokan növényspecifikus diagnosztika hiányában inkább valamilyen vény nélkül kapható gyógyszerkészítménnyel próbálják meg enyhíteni a tüneteket, de fontos tudni: egy kezeletlen allergia akár allergia indukált asztmához is vezethet.**

*„****Az allergiás folyamatokért az allergiát kiváltó allergének, döntően fehérjék okolhatók****. Ezekkel* ***szemben a szervezet immunrendszere védekezik****, s a szervezetünkben ennek hatására nagy mennyiségű* ***hisztamin szabadul fel****, amely a receptorain (jelfogó egység) keresztül kiváltja a klasszikus tüneteket”* – mutat rá dr. Horváth Ádám, a PTE Gyógyszerésztudományi Kar Gyógyszerhatástani Tanszékének rezidens gyógyszerésze, központi gyakornoka. Mint mondja, **az allergia tüneteit antihisztaminokkal szokás kezelni**, melyek a hisztaminreceptorokat blokkolják, ezáltal megakadályozzák a hisztamin kapcsolódását, tehát csökkentik a tünetek erősségét és gátolják a tünetek kialakulását. **Az antihisztamin-tartalmú készítmények** már jó ideje velünk vannak: az elsők **az 1940-es években jelentek meg**, azóta pedig **számos új hatóanyag kifejlesztése történt** ezen a területen.

**Az örök dilemma: vényköteles vagy a vény nélkül kapható allergiagyógyszerek hatékonyabbak?**

*„Az, hogy egy gyógyszer vényköteles vagy sem alapvetően a biztonságossága és az alkalmazása során összegyűjtött információk mennyisége határozza meg”* – szögezi le dr. Horváth Ádám. Az allergia kezelésére alkalmas készítményeket különböző kategóriákba sorolhatjuk. **Az első generációs (régebbi) antihisztaminok jellemzően vénykötelesek**, ~~és~~ mert általában több mellékhatással rendelkeznek (pl. álmosító hatás, szájszárazság, szívritmuszavarok). Ezért általában véve nem használatosak az allergiás tünetek csökkentésére. **A másik kategória a második generációs (modern) antihisztaminok**. Ezek hatékonyabban az előzőeknél, és ide tartozik az allergiás tüneteket tapasztaló betegek által oly kedvelt vény nélküli allergiagyógyszerek többsége. Kiváltásukhoz azért nincs szükség receptre**,** mert **sokkal kevesebb mellékhatás léphet fel az alkalmazásuk során,** mint elődeiknél**. A harmadik csoportba a nem antihisztamin-jellegű terápiák tartoznak, ezekre később visszatérünk.**

*„Nincs jelentős különbség a vényköteles és a vény nélküli allergiagyógyszerek hatásában~~,~~ azonban a betegek egyéni reakciói egy-egy hatóanyagra nézve eltérőek lehetnek, így a megfelelő allergiaellenes készítmény kiválasztása akár több sikertelen próbálkozással is járhat. Ha valaki egyéb betegségre is szed valamilyen vényköteles gyógyszert, akkor mindenképp egyeztessen orvosával/gyógyszerészével a megfelelő készítmény kiválasztásának érdekében”* – javasolja a pécsi Gyógyszerésztudományi Kar gyógyszerésze.

– A **legtöbb vény nélkül megvásárolható allergiagyógyszer biztonságosnak tekinthető** – nyugtat dr. Horváth Ádám. A gyógyszerész szerint a leggyakoribb mellékhatások közé tartozik az **álmosító hatás**, amely esetleg befolyásolhatja a gépjárművezetési képességet, de ez egyénenként eltér. Továbbá **kerülendő az antihisztaminok és az alkohol együttes alkalmazása** is.

**Megelőzés és terápiás lehetőségek az antihisztaminon túl**

Mielőtt a gyógyszeres terápiákról beszélünk, nagyon fontos megemlíteni **az orr és a szem vizes kimosását, hajmosást és a ruhaváltást**. A pollen-allergének akkor váltanak ki allergiás reakciót, ha az allergén megtapad egy nyálkahártyán, és ott a szervezet védekező mechanizmusa „beindul”. Ez időigényes folyamat, tehát **ha az allergéneket rendszeresen lemossuk a felszínről, akkor a reakció is enyhébb lesz**.

**Pollenszóródási szezonban gyakran mossuk ki orrunkat csapvízzel, vagy akit ez zavar, sós vízzel** (ezt is lehet gyógyszertárban kapni spray formában) és **a hajunkat is gyakrabban mossuk**, mint máskor, valamint pollendús környezetben tartózkodás (pl. mezei séta vagy munkavégzés) után **váltsunk ruhát**. Ezekkel **jelentősen lecsökkenthető a pollenkontaktus ideje és az allergén mennyisége**, következésképpen enyhíthetők az allergiás tünetek. Preventív jelleggel is érdemes felkészülni az allergiaszezonra, amelynek lehetőségei közé tartoznak az úgynevezett **hízósejt-stabilizátor hatóanyagokat tartalmazó vény nélküli készítmények**. Ezeknek a szereknek azonban a hátránya, hogy **az allergiás szezon előtt 2-4 héttel el kell kezdeni az alkalmazásukat.**

Allergia orrtüneteinek kezelésére **nyálkahártya-lohasztókat, orrcseppeket vagy orrspray-k**et is érdemes igénybe venni. Ezek elsősorban a megfázásra emlékeztető orrfolyásos tünetek enyhítésére alkalmasak. Azonban szigorúan be kell tartani azt a figyelmeztetést, hogy **maximum két hétig alkalmazhatóak folyamatosan**, ugyanis ezen túl a szervezet hozzászokik a hatóanyaghoz, továbbá a tartós alkalmazás esetenként már hasonló tüneteket okoz, mint amire elkezdte alkalmazni azt a beteg. Az antihisztaminok hatástalansága esetén alkalmazhatóak még **a harmadik csoportként** említett gyógyszerek, illetve kezelések. Ide tartoznak a nagyon hatásos **szteroidtartalmú orrspray-k** is. Igen súlyos esetben bevethető még az úgynevezett **allergénspecifikus immunterápia (ASIT)**, amely során emelkedő mennyiségű ismert allergén alkalmazásával csökkenthető az allergiás reakcióban részt vevő folyamatok erőssége.

**Ne legyünk restek hivatalos diagnózist készíttetni!**

Az esetek jelentős részében az allergének ismertek (pl. állatszőr, gyógyszerek, élelmiszerek) így ebben az esetben nem feltétlenül szükséges allergiateszt elvégzése. **Azokban az esetekben, ahol pl. pollenérzékenység áll fent, érdemes allergiatesztet csináltatni.** A leggyakoribb vizsgálatok közé tartozik a Prick-teszt, amely során változatos allergéneket visznek fel a beteg bőrére (általában az alkaron), majd vizsgálják a hisztamin kontrollhoz képest kialakuló válaszreakciót. Ez a módszer egyszerűen kivitelezhető.

**„Jelenlegi tudásunk szerint a ma használatos antihisztaminokkal szemben nem alakul ki farmakológiai szempontból tolerancia.** Mégis, egyes betegek arról számolnak be, hogy a korábban alkalmazott gyógyszer már nem úgy fejti ki a hatását, vagy éppen nem fejti ki a hatását” – mondja dr. Horváth Ádám. Ennek hátterében az allergiás panaszokat kiváltó tényezők megváltozása állhat, illetve a tünetek esetleges súlyosbodásában is megnyilvánulhat a gyógyszerek hatástalansága.

*Sajtókapcsolat, interjúkérés:*

*Harta Viktor - PTE Általános Orvostudományi Kar PR és Kommunikációs Iroda (**viktor.harta@aok.pte.hu**; 06304898385)*