

MARESYL®

MARESYL
HA

AQUA®
MARIS

vizolS
ALLERGY

zdravila za zdravljenje kongestije nosne sluznice

medicinski pripomočki

ALERGIJE

Priročnik
za bolnike

RECITE NE!!!

očesnim in
nosnim
simptomom
alerģije



jgl

Verjetno ne mine niti en dan v letu, da se ne bi prijatelj, sorodnik ali znanec potožil, da ima **težave z alergijami**.
Se vam včasih zdi, da je cel svet na nekaj alergičen?

Niste edini.

Alergijske bolezni imajo danes znake **moderne epidemije** in po predvidevanjih Evropske akademije za alergologijo in klinično imunologijo bo do leta 2025 več kot **polovica vseh prebivalcev EU imela vsaj eno vrsto alergije**.

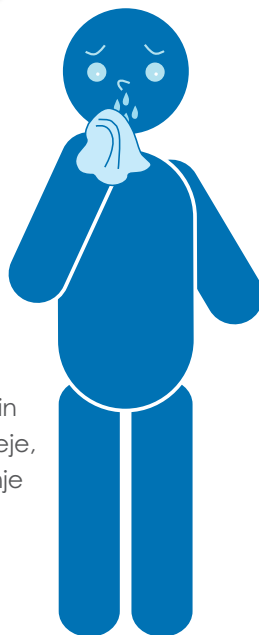
Dejstva so zaskrbljujoča in čeprav gre za bolezni, ki ne ogrožajo življenja, le-te pomembno **zmanjšujejo kakovost življenja posameznika**.

Katere so te BOLEZNI?

Posameznik ima lahko vse tri bolezni, ki lahko skozi različna življenjska obdobja prehajajo ena v drugo, saj imajo enak mehanizem nastanka.

Alergijski rinitis in astma sta pri bolniku pogosto prisotna hkrati. 80 % bolnikov z alergijsko astmo ima istočasno alergijski rinitis in 40 % bolnikov z alergijskim rinitisom ima hkrati tudi astmo. Upoštevati morate, da alergijski rinitis predstavlja dejavnik tveganja za astmo. Osnovna naloga nosu je "vlaženje" zraka in priprava zraka za spodnje dihalne poti. Z vdihom se zrak segreje, navlaži in prečisti ter na ta način nos služi kot zaščita za spodnje dihalne poti.

1. ALERGIJSKI RINITIS / RINOKONJUNKTIVITIS
2. ASTMA
3. ALERGIJSKI DERMATITIS



V primeru alergijskega rinitisa so zmanjšane vse navedene funkcije, zato lahko hladen in nepripravljen zrak pri posameznikih z dedno nagnjenostjo povzroči hiperaktivnost bronhijev in povečano izpostavljenost alergenom.

Vse to pa lahko vodi do pojava simptomov astme.

Da bi **lažje razumeli, kako ga zdraviti**, morate razumeti, kaj alergijski rinitis je in **kako ga prepoznati**. Že dolgo je znano, da je prava informacija ključna za pot do uspeha. Zato si vzemite 15 minut svojega časa in preučite "sovražnika", da ga boste lahko premagali.

Kaj je ALERGIJSKI RINITIS?

Gremo po vrsti!

Alergijski rinitis je **vnetna bolezen nosne sluznice**. Nastane kot posledica imunske reakcije med različnimi vdihanimi alergeni in vnetnimi celicami v nosni sluznici. Ne govorimo o bakterijah in virusih, temveč o alergenih!

SIMPTOMI SO: izcedek iz nosu (izcedek iz nosu ali izlivanje izcedka nazaj v žrelo), srbenje nosu, zamašen nos, kihanje, solzenje ter srbečica in rdečina oči (konjunktivitis).

Očesni simptomi se pojavijo pri 40-70 % bolnikov zaradi prisotnosti različnih refleksov, ki povezujejo nosno sluznico in stik očesa z živčnimi mehanizmi ter zaradi neposrednega stika alergena z očesno veznico. Simptomi se lahko pojavijo v času sezone (ob cvetenju nekaterih rastlin) ali skozi vse leto, odvisno od tega, na kaj smo alergični.

OČESNI SIMPTOMI so bolj izraženi pri bolnikih s sezonskim rinitisom.



Alergijski rinitis (AR) je svetovna zdravstvena težava in pogost vzrok za obisk družinskega zdravnika. To dokazujejo naslednja dejstva:

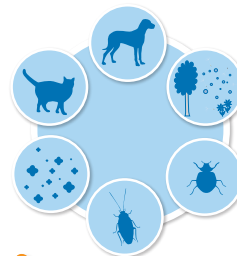
- prizadene 10-30 % prebivalstva
- pojavnost alergijskega rinitisa narašča
- predstavlja dejavnik tveganja za razvoj astme
- pomembno vpliva na kakovost življenja (negativen vpliv na spanje in počitek, simptomi ovirajo učenje in produktivnost na delovnem mestu), stroški zdravljenja so visoki.

Po oceni Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) več kot 400 milijonov ljudi na svetu boleha za alergijskim rinitisom. Več kot 40 % obolelih je otrok. AR pomembno vpliva na kakovost življenja s pojavom številnih simptomov, ki pa niso neposredno povezani z alergijskim rinitisom: **utrujenost, vznemirjenost, nespečnost, naglušnost, živčnost, slabost in občutek žalosti**, ki lahko vodi v depresijo.

Čeprav imamo na voljo učinkovita zdravila, katerih učinkovitost in varnost sta dokazani v številnih kliničnih raziskavah, **so rezultati zdravljenja pogosto nezadostni**. Razloge za to je potrebno iskati v slabi osveščenosti bolnika o varnosti in učinkovitosti določenih zdravil, kar pripelje do slabše compliance (jemanje zdravil v skladu z navodili) in posledično do neuspešnega zdravljenja. Zato Vas želimo **opozoriti na številne preproste in varne postopke in izdelke, ki jih lahko v vašem boju proti simptomom alergijskega rinitisa uporabite brez skrbi**. Pri tem ne smete zanemariti osnovnega priporočenega zdravljenja.



Kaj so to ALERGENI?



Alergeni so majhni delci organskega izvora, ki jih vdihujemo skupaj z zrakom.

Najpogostejši alergeni so:

cvetni prah trav, dreves in plevela, plesni (spore), pršice, alergeni s ščurkov, psov, mačk, podgan, konjev, krav in ptic.

ALERGIJSKE REAKCIJE na hišne ljubljence

(mačke in psi) ne povzročajo njihova dlaka.

NAJPOMEMBNEJŠI ALERGEN PRI MAČKAH NASTAJA V SLINI.

Posušena slina se lepi na tapete, pohištvo in stene in tako ostane v prostoru celo še do 6 mesecev po tem, ko mačka zapusti hišo! Pasji alergeni izvirajo iz sline, urina in kože.

Količina cvetnega prahu trav, dreves in plevela v zraku se spreminja glede na letne čase, prav tako pa se njegova količina razlikuje po regijah. Tako porazdelitev alergenov na območju Slovenije ni enaka. Zato obstaja poseben koledar cvetenja in biovremenska napoved, kjer lahko vidite, kolikšna je koncentracija delcev cvetnega prahu v zraku in se tako lažje orientirate, kdaj in kje lahko pričakujete simptome rinitisa.

Zakaj ravno **JAZ?**

DEJAVNIKE TVEGANJA za pojav alergijskega rinitisa je mogoče deliti na **GENETSKE** (dedne) in **ZUNANJE** (pridobljene).

Dedno nagnjenost

najlažje razložimo na naslednji način: če je eden od staršev alergičen (zlasti mama), je tveganje za razvoj alergije pri otroku dvakrat večje. Če sta oba starša alergična, je tveganje štirikratno.

Od **zunanjih dejavnikov**, razen splošnega znanja o vplivu povečane izpostavljenosti alergenom, onesnaževalom in dražečim snovem, je vsekakor najbolj zanimiva "higienska hipoteza", ki enostavno pove:



"BOLJ, KO SMO ČISTI IN ZDRAVI, VEČJA JE MOŽNOST ZA RAZVOJ ALERGIJE!"

Kljub paradoksu ima ta hipoteza logično razlago.

Namreč, z razvitimi higienskimi navadami naj bi zmanjšali naravno stimulacijo imunskega sistema v boju proti patogenom (virusom, bakterijam), zato "brezposelni" imunski sistem "izumlja" sovražnike in se bori proti alergenom iz okolja.

Kako postaviti **DIAGNOZO?**

Najpogosteje vse povedo simptomi sami, še posebej, ko se pojavljajo v času sezone.

POZOR!

NE IZVAJAJTE alergološkega testiranja med zdravljenjem, kajti tako ne boste dobili pravih rezultatov! Kožni test je prav tako nezanesljiv do drugega leta življenja.



KAJ ME BO ZDRAVNIK VPRAŠAL?

1. Katere simptome imate?
2. Ali obstajajo simptomi, ki kažejo na možno pridruženo bolezen (kašelj, zadihanost, spremembe na koži, očesni simptomi)?
3. Kdaj se pojavijo simptomi (v določenem delu dneva, med prazniki, v določenih letnih časih)?
4. Ali obstajajo kateri posebni dejavniki za pojav simptomov (življenjski pogoji - hišni ljubljenci, stenske obloge, posteljnina; delovno okolje - centralno ogrevanje, klima; šola, vrtec; prehranjevalne navade - alergija na hrano)?
5. Ali ima kdo v družini alergijo (rinitis, dermatitis, urtikarija ali astma)?
6. Ali ste imeli alergijske motnje v otroštvu (dermatitis, urtikarija, rinitis ali astma)?

Kako se bom ZDRAVIL?

Po postavljeni diagnozi je pomembno pravilno in postopno izvajanje ukrepov za zdravljenje.

AR je bolezen, pri kateri se iz še nepojasnjenih razlogov izrazitost simptomov zelo razlikuje iz leta v leto, včasih neodvisno od koncentracije cvetnega prahu v zraku.

Prvi korak pri zdravljenju in preprečevanju vseh bolezni, tudi AR, je zagotovo izobraževanje, čemur je ta priročnik tudi namenjen.

**POMEMBNO
JE VEDETI**

Z zdravili lahko nadzorujemo simptome bolezni, je pa ne moremo pozdraviti.

ZATO SE JE POTREBNO OSREDOTOČITI NA LAJŠANJE IN NADZOR SIMPTOMOV:

1. z izogibanjem alergenom (okoljski ukrepi)
2. z zmanjšanjem stika nosne sluznice z alergeni (nosni filter)
3. z zdravili, ki so navedena v uradnih priporočilih za zdravljenje AR (antihistaminiki in kortikosteroidi)
4. drugo (higiensko-prehranski ukrepi, fototerapija)

ZAPOMNITE SI,
da se z ustrezno izbranim zdravljenjem lahko doseže dober nadzor bolezni.

Preverimo, kaj smo se NAUČILI

KAJ VSE JE POTREBNO ZA POJAV SIMPTOMOV ALERGIJSKEGA RINITISA:

1. alergeni v zraku (brez alergenov ni bolezni)
2. dedna nagnjenost osebe (brez nagnjenja ni bolezni)
3. alergene je potrebno vdihniti, da dosežejo sluznico nosu (brez stika s sluznico ni bolezni)

Zdaj, ko to vemo, lahko ukrepamo.

KAKO?

1. ZMANJŠAJMO KOLIČINO ALERGENOV V ZRAKU
- nadzor okolja (npr. uničevanje ambrozije)
2. DEDNE NAGNJENOSTI ŽAL NE MOREMO ZAMENJATI, lahko pa zamaknemo začetek bolezni, npr. z odgovornim vedenjem v nosečnosti, z naravnim porodom, z dojenjem, z izogibanjem dražejim snovem in tobačnemu dimu (prepoved kajenja)
3. a) ZMANJŠAJMO KOLIČINO VDIHANIH ALERGENOV
- spremljajte koledar cvetenja in biovremensko napoved ter se tako izognite alergenom
b) ZMANJŠAJMO STIK ALERGENOV Z NOSNO SLUZNICO
- preden zapustite zaprt prostor uporabite nosno pršilo z ektoinom, ki tako kot filter obloži nosno sluznico in prepreči stik alergena in sluznice
c) ZMANJŠAJMO STIK ALERGENOV Z OČESNO SLUZNICO
- preden zapustite zaprt prostor, uporabite kapljice za oko z ektoinom, ki v stiku z očesno sluznico ustvari hidrokompleks v obliki filma, ki ščiti oko pred stikom z alergeni



medicinski pripomoček

Koledar CVETENJA

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AVG	SEP	OKT	NOV	DEC
Jelša												
Leska												
Cipresovke/ Tisovke												
Jesen												
Breza												
Gaber												
Platana												
Hrast												
Trave												
Bukev												
Trpotec												
Koprivovke												
Pravi kostanj												
Pelin												
Ambrozija												

LEGENDA:

■ ni peloda ■ nizka obremenitev ■ srednja obremenitev ■ visoka obremenitev ■ zelo visoka obremenitev

Povzeto po: <https://www.nizoh.si/storitve/cvetni-prah/koledar/>

STE
VEDELI ...

... da na spletni strani NIJZ lahko spremljate dnevno napoved obremenjenosti zraka s cvetnim prahom?



Seveda **ne smete zanemariti predpisane zdravljenja** (antihistaminiki in kortikosteroidi), če ne morete s splošnimi ukrepi nadzirati simptomov. Če so simptomi zelo izraziti (zamašen nos), jih lahko občasno lajšate z dekongestivi (zdravila, ki zmanjšajo nabreklost nosne sluznice, odmašijo nos in olajšajo dihanje).

Maresyl® 1 mg/ml pršilo za nos, raztopina (ksilometazolinijev klorid) uporabite do 3-krat dnevno, ne pogosteje kot vsakih 10-12h, največ 7 zaporednih dni (odrasli).⁸

PRED UPORABO natančno preberite navodilo!
O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

MARESYL®
MARESYL
HA

zdravilo za
zdravljenje
kongestije
nosne
sluznice

Za zdravljenje kongestije nosne sluznice, ki jo povzročata sinusitis in rinitis, pri odraslih in otrocih, starejših od 12 let uporabite 1 ypih zdravila Maresyl HA 1 mg/ml pršilo za nos, raztopina (ksilometazolinijev klorid) v vsako nosnico, največ 3-krat na dan, največ 5 zaporednih dni.⁹

www.maresyl.si

24 UR S SEZONSKIM RINITISOM!

Po bivanju v okolju, kjer ste bili izpostavljeni alergenom, bi bilo zaželeno, da **takoj odstranite oblačila in čevlje**, ki ste jih nosili, **se stuširate in umijete lase** ter tako zmanjšate koncentracijo alergenov v vašem okolju.

Poskrbite, da **temeljito očistite nos**, saj s tem odstranite ostanke alergenov, ki so se "ugnezili" v nosni sluznici med Vašim bivanjem zunaj. Smiselno načrtujte svoje izhode iz zaprtega prostora v naravo in pri vsakem prihodu domov ponovite vse zgoraj navedeno.

Seveda to velja za sezonski rinitis, ki ga je v primerjavi s celoletnim bistveno lažje preprečiti!



medicinski pripomoček



medicinski pripomoček



medicinski pripomoček



Kaj je VIZOL S ALLERGY?

Kapljice za oko z Ectoin-om lajšajo in preprečujejo simptome alergijskega konjunktivitisa.

Nudijo olajšanje ko:

- oči srbijo
- so oči rdeče
- se oči prekomerno solzijo

Način delovanja:

Vizol S Allergy odstrani povzročitelje alergije in ustvari zaščitni film, ki pomaga pri obnovi razdražene in občutljive sluznice očesa.

Namenjen je otrokom, odraslim in osebam, ki nosijo leče.

Izdelek Vizol S Allergy je medicinski pripomoček.



medicinski pripomoček

vizolS
Allergy

kapljice za oko
z ectoinom

Kaj je AQUA MARIS 4 ALLERGY?

Pršilo za nos z Ectoin-om in morsko vodo lajša simptome alergijskega rinitisa in ščiti nosno sluznico pred izsušitvijo.

Način delovanja:

- na sluznici ustvari zaščitni film,
- zmanjšuje škodljive učinke alergenov na suho in razdraženo nosno sluznico
- vlaži nosno sluznico

Namenjeno je otrokom od zgodnjega otroštva in odraslim.

Izdelek Aqua Maris 4Allergy je medicinski pripomoček.



medicinski pripomoček

AQUA
MARIS

4ALLERGY



pršilo za nos
z ectoinom



Avtorji besedila: **prof. dr. Željka Roje** v sodelovanju z **JGL d.d., Rijeka**

Datum priprave informacij: december 2021 . PM/AQM/MP/01/22/3

Reference:

1. https://www.eaaci.org/documents/EAACI_Advocacy_Manifesto.pdf
 2. <http://www.szd.si/wp-content/uploads/2019/04/szd-alergoloska-in-imunoloska-sekcija-zbornik-rinitis.pdf>
 3. <https://www.nijz.si/sl/okoljske-spremembe-vplivajo-na-porast-alergij-in-astme-tudi-v-sloveniji>
 4. <https://www.nijz.si/sl/astma-in-kronicna-obstruktivna-pljucna-bolezen-kopb>
 5. <http://www.szd.si/wp-content/uploads/2019/04/szd-alergoloska-in-imunoloska-sekcija-zbornik-rinitis.pdf>
 6. https://www.worldallergy.org/UserFiles/file/WAO-White-Book-on-Allergy_web.pdf
 7. https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/alergije_pri_otrocihrudan.pdf
 8. Povzetek glavnih značilnosti zdravila Maresyl 1 mg/ml pršilo za nos, raztopina
 9. Povzetek glavnih značilnosti zdravila Maresyl HA 1 mg/ml, pršilo za nos, raztopina
- 
- 

www.vizol.com

www.aqua-maris.si

www.maresyl.si



Imetnik dovoljenja za promet z zdravilom:
JADRAN-GALENSKI LABORATORIJ d.d., Svilo 20, 51000 Rijeka, Hrvatska
Distributer za Slovenijo: JADRAN-GALENSKI LABORATORIJ d.o.o. Ljubljana,
Litostrojska cesta 46A, Ljubljana, info@jgl.si