

## Hooikoorts

Hooikoorts is een vorm van allergie. Iemand met hooikoorts is overgevoelig voor bepaalde soorten stuifmeel van grassen, planten of bomen. Stuifmeelkorrels worden ook wel eens pollen genoemd. Zodra de ogen, neus, mond, keel of luchtpijp van iemand met hooikoorts in aanraking komen met stuifmeel, raken de slijmvliezen geprikkeld. Dat kan veel klachten geven.

### Allergische klachten

Hooikoorts kan verschillende klachten geven. Deze verschillen per persoon en kunnen zich voordoen in:

#### De neus

- jeuk, niezen, neusloop, verstopping.

#### De ogen

- jeuk, brandend gevoel, roodheid van het oogwit, zwelling van het oogvlies, tranenvloed.

#### De keel, mond en oren

- jeuk, pijn en soms zwelling van de slijmvliezen met een drukgevoel.

#### De longen

- hoesten, piepende ademhaling (astma en/of bronchitis) gepaard gaande met een gevoel van benauwdheid.

#### De huid

- jeuk, roodheid en zwelling (netelroos), ontstaan en toenemen van huiduitslag.

#### Algemeen

- moeheid, hoofdpijn, lusteloosheid.

Al deze klachten zijn niet altijd het gevolg van hooikoorts.

U kunt ook allergisch zijn voor andere dingen, zoals bijvoorbeeld katten of huisstofmijt.

### Wanneer treden de klachten op

De klachten van hooikoorts treden op in de bloeitijd van grassen, bomen en planten.

Bomen bloeien eerder dan grassen. Daarom krijgen mensen met een allergie voor boomstuifmeel al vroeg in het jaar klachten, terwijl mensen met een allergie voor grasstuifmeel later in het jaar last krijgen. Sommige mensen hebben het hele seizoen last van hooikoorts, anderen af en toe een dag.

Het stuifmeel verspreidt zich in de lucht, vooral op zonnige, winderige dagen. De hooikoorts kan dan erger worden.

### Waarom komt het

Elk mens vormt antistoffen tegen stuifmeel in zijn lichaam.

Bij iemand met hooikoorts reageert het lichaam erg heftig zodra de slijmvliezen met het stuifmeel in aanraking komen.

Er ontstaat een "overdreven afweerreactie", waardoor de slijmvliezen zwellen en meer slijm gaan produceren.

Het is niet bekend waarom sommige mensen allergisch zijn voor stuifmeel en anderen niet. In sommige families komt hooikoorts meer voor dan in andere. De aanleg voor hooikoorts is al bij de geboorte aanwezig, maar de klachten ontstaan pas in de loop der jaren. Na verloop van tijd nemen de klachten weer af. Hoe lang dat duurt is niet te voorspellen.

### Kan het kwaad

Hooikoorts kan heel hinderlijk zijn maar kan geen kwaad.

De klachten gaan altijd weer over zodra het stuifmeel uit de lucht verdwenen is.

#### Almelo

Zilvermeeuw 1

Postbus 7600

7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141

Postbus 546

7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

## Wat kunt u er zelf aan doen

U kunt niets doen om hooikoorts te genezen. Wel kunt u proberen contact met stuifmeel zoveel mogelijk te vermijden.

### Enkele tips

- Op droge, zonnige dagen met wind niet "de natuur" in gaan.
- Draag buiten een zonnebril.
- Probeer met het kiezen van een vakantiebestemming rekening te houden met het seizoen. Aan zee en hoog in de bergen zit minder stuifmeel in de lucht dan in het binnenland.
- Volg de "hooikoortsberichten" via de radio en televisie.
- Houdt uw ramen zo veel mogelijk gesloten, hiermee voorkomt u dat stuifmeel binnenkomt.
- Geen snijbloemen of bloeiende planten in huis nemen.
- Houdt rekening met uw allergie bij het kiezen van een hobby of beroep.

## Behandeling

De beste methode om de allergische klachten te voorkomen is door ieder contact met de allergenen te vermijden. Dit blijkt in de praktijk echter niet altijd mogelijk of wenselijk. De te volgen behandeling is individueel en dient met de behandelend arts te worden besproken.

Een bewezen overgevoeligheid kan op verschillende wijze worden behandeld.

### *Medicijnen die de symptomen onderdrukken*

Deze genezen de allergie niet. Ze hebben daarom als nadeel dat ze ieder jaar weer ingenomen moeten worden.

### *Allergievaccinatie*

Deze behandeling, ook wel hyposensibilisatiekuur of immunotherapie genoemd, is er op gericht het afweersysteem te laten wennen aan de stof waarvoor men allergisch is. Er zijn twee toedieningsvormen.

1. Subcutane (onderhuidse) injecties die gegeven worden in de praktijk van de arts. Tijdens de instelfase zal de dosering wekelijks opgehoogd worden. Is de hoogste dosis bereikt dan krijgt de patiënt éénmaal per maand een injectie (de onderhoudsfase).
2. Deze behandeling bestaat uit het innemen van druppels onder de tong. Deze druppelvaccins kan de patiënt gewoon thuis innemen.

## Vragen

Heeft u naar aanleiding van deze folder nog vragen dan kunt u deze stellen aan uw huisarts of uw KNO-arts. Telefoonnummer: 088 708 33 50.

## Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt).