

- Svetujemo odstranitev lovilcev prahu v bivalnih prostorih, kot so preproge, zavese, oblazinjeno pohištvo, odprti regali, plišaste igrače.
- Priporočamo redno uporabo grelcev za vzmetnico (suha vročina onemogoča razvoj pršic) ter pogostejšo menjavo vzmetnic.
- Spalnica naj bo suha, z manj kot 50% vlažnostjo zraka in dnevno temperaturo 15° C, odsvetujemo vlažilcev zraka in rastlin.
- V spalnici si ne češite las in se ne preoblačite.
 - V stanovanju naj se ne zadržujejo domače živali.
- Odsvetujemo kajenje, ker povzroča okvare sluznic in odpira pot alergenom, pospešuje alergijske reakcije.



Ali se ponoči prebujate, kašljate, težko dihate...?

Ali ste alergični na pršice?



STOP PRŠICAM!

Pripravila:
Simona Križ, mag. zdr. – soc. manag.

ZL 75 I8 009
Izdaja 02

Povezava NA 75 I8 003
Z dne: 11. 9. 2014



Oddelek za pljučne bolezni

Pulmološko – alergološka ambulanta

Služba zdravstvene nege

**INFORMACIJE ZA
PACIENTE Z
ALERGIJO NA PRŠICO**



ALERGIJA NA PRŠICO

- Je reakcija imunskega sistema na alergen pršice, snov, ki povzroča alergijo in izvira iz iztrebkov mikroskopsko majhnih delcev

POVZROČITELJI

- Hišni prah, kjer so pršice, plesni, bakterije, pelodi, tekstilna vlakna in odpadki kože.
- Pršice izvirajo iz rodu pajkovcev, znanih je več vrst.
- Razmnožujejo se z jajčeci preko ličink.
- Za njihov razvoj sta ugodni temperaturi od 22° C do 30° C in relativna vlaga od 70% - 90%.
- Pršice se hranijo z odpadki kože, živil in s plesnimi.

NAHAJALIŠČA

- V stanovanju se pršice nahajajo v žimnicah, blazinah, preprogah, oblazinjenem pohištvu, ni pa jih na usnjenem in lesenem pohištvu.
- Alergene, ki se nahajajo predvsem v iztrebkih pršice, posušene vdihavamo in se nanje senzibiliziramo.
- Pri atopijski osebi obstaja možnost senzibilizacije in alergije, če je v gramu hišnega prahu 100 – 500 pršic.

ZNAKI ALERGIJE

- Pri osebi z alergijo na pršice obstaja nevarnost hude alergijske reakcije, celo astmatičnega napada ali preobčutljivostne reakcije, ko se nastani v novem okolju

(hotelske sobe ipd.), v okolju z drugačnimi podnebnimi razmerami, ki so ugodne za razvoj pršic ali ob uživanju morske hrane, ki vsebuje podobne alergene (tropomiozin je mišična beljakovina različnih pršic, moljev, rakov in morskih sadežev).

- Alergija na pršice se kaže tudi kot alergijski rinitis in astma, atopijski dermatitis (pri tretjini odraslih pacientov povzročitelji pršice).

KAKO PREPREČIMO ALERGIJO NA PRŠICE

- Svetujemo posteljne prevleke, ki ne prepuščajo pršic, pore v njih naj ne bodo večje od 0,5 mm, vendar prepuščajo vlago (parapropustni materiali tkanin).