



Wat is een allergie?

Een allergie is een overgevoelige reactie van het afweersysteem op stoffen die normaal onschadelijk zijn, zoals pollen, huisstofmijt, dierenhaar of bepaalde voeding.

Het lichaam ziet die stoffen (allergenen) ten onrechte als gevaarlijk en maakt antistoffen aan, wat klachten kan geven zoals:

- niezen, jeuk, loopneus
- huiduitslag of eczeem
- tranende ogen
- benauwdheid of astma
- maag-darmklachten

Wat zijn allergenen?

Allergenen zijn stoffen die een allergische reactie veroorzaken.

Voor de meeste mensen zijn ze onschadelijk, maar bij iemand met een allergie ziet het afweersysteem ze als gevaarlijk.

Voorbeelden van allergenen:

- pollen (hooikoorts)
- huisstofmijt
- dierenhaar of huidschilfers
- voedingsmiddelen (pinda's, melk, schaaldieren ...)
- insectengif (wespen, bijen)
- geneesmiddelen

Is allergie erfelijk?

Ja, een allergie kan erfelijk zijn, maar je erft geen specifieke allergie (zoals voor katten of pinda's).

Wat je vooral erft, is de aanleg om allergisch te worden. Dat betekent:

- Als 1 ouder allergisch is: kind heeft ongeveer 30-40 % kans op allergie.
- Als beide ouders allergisch zijn: kans stijgt naar 60-80 %.
- Welke allergie zich ontwikkelt, kan verschillen van die van de ouders.



Wat is hooikoorts?

Hooikoorts is een allergische reactie op pollen (stuifmeel) van bomen, grassen en onkruiden.

Het afweersysteem ziet pollen onterecht als gevaarlijk en reageert met een ontstekingsreactie van de slijmvliezen in neus, ogen en luchtwegen.

Boompollenallergie

- Stuifmeel van bomen (zoals berk, els, hazelaar).
- Seizoen: voorjaar (februari-mei).

Graspollenallergie

- Stuifmeel van grassen (zoals timoteegras, beemdgras, rogge).
- Seizoen: zomer (mei-augustus).

Allergie voor huisdieren

Een huisdierenallergie ontstaat meestal door een reactie op eiwitten in huidschilfers, speeksel of urine van dieren.

Vooral katten en honden veroorzaken vaak klachten, maar je kan ook aan paarden, knaagdieren en vogels allergisch zijn.

De klachten die bij huisdierenallergie voorkomen, lijken vaak op verkoudheidsklachten. Alleen kunnen ze langer aanhouden. Dit is vooral zo als er sprake is van inwonende huisdieren.

Klachten/symptomen

Als je hooikoorts hebt, krijg je klachten wanneer het stuifmeel via de slijmvliezen van de ogen en de luchtwegen je lichaam binnenkomt. Dit is doorgaans het ergst op warme dagen met een matige wind.

De allergische reactie kenmerkt zich door een vroege reactie, zoals een loopneus, jeukende en/of tranende ogen en niezen en een late reactie.

Bij de late reactie zijn ontstekingscellen betrokken. Door deze



ontstekingsreactie kunnen klachten ontstaan in de bovenste en onderste luchtwegen zoals:

Een verstopte neus, hoesten, piepende ademhaling (astma en/of bronchitis) die gepaard kan gaan met een gevoel van benauwdheid.

Andere klachten die kunnen ontstaan, maar die vaak niet direct worden gelinkt met hooikoorts:

- benauwdheid
- hoofdpijn
- slaapproblemen
- concentratieverlies
- vermoeidheid
- lusteloosheid

Allergische rhinitis en allergisch astma

Allergische rhinitis (hooikoorts) en allergisch astma zijn 2 veelvoorkomende allergische aandoeningen. Ze worden vaak veroorzaakt door allergenen zoals pollen, huisstofmijt en dieren. Steeds vaker wordt aangenomen dat het eigenlijk 2 uitingen zijn van dezelfde ziekte, omdat beide de slijmvliezen van de luchtwegen aantasten:

- Rhinitis = bovenste luchtwegen (neus en ogen).
- Astma = onderste luchtwegen (longen).

Klachten

- Rhinitis: niezen, loopneus, verstopte neus, jeuk in neus/ogen/keel, tranende ogen, vermoeidheid.
- Astma: benauwdheid, piepende ademhaling, hoesten (vaak 's nachts of bij inspanning), druk op de borst.

Samenhang

- Ongeveer 80 % van de patiënten met allergisch astma heeft ook rhinitis.
- Ongeveer 40 % van de patiënten met rhinitis heeft ook astma.

Kruisreactiviteit tussen pollen en voeding

Kruisreactiviteit betekent dat het immuunsysteem reageert op verschillende allergenen waarvan de structuur gelijkenissen vertoont met eiwitten in bv. bepaalde voeding. Dat kan leiden tot klachten bij pollen én bepaalde voedingsmiddelen.

Bomenpollen

- Wie allergisch is aan berk, hazelaar, els of eik kan ook reageren op bepaalde groenten en fruit:
 - Appel, peer, kers, kiwi, noten ...
- Dit zijn doorgaans milde reacties, zoals jeuk of tintelingen in mond en keel (pollen-voedsel syndroom).

Graspollen

- Wie allergie is voor grassen kan ook reageren op:
 - Haver, aardappelen, pinda, paprika, tomaat ...
- Ook hier zijn dit milde reacties, zoals jeuk of tintelingen in mond en keel.



Symptoombestrijding bij pollen- en huisdierenallergie

1. Vermijden van allergenen

Bomen en gras:

- Houd ramen en deuren dicht tijdens het pollenseizoen.
- Blijf binnen op dagen met hoge pollenconcentratie.
- Gebruik pollenfilters in auto en huis.
- Douche en kleed je om na buitenactiviteiten.

Huisdieren:

- Huisdieren uit de slaapkamer houden.
- Beddengoed en knuffels wekelijks wassen op 60°.
- Regelmatig stofzuigen met HEPA-filter.
- Stof afnemen met nat.

2. Medicijnen

- Antihistaminica: verminderen jeuk, niezen, loopneus en tranende ogen.
- Neussprays (corticosteroïden): verminderen ontsteking en neusklachten.
- Oogdruppels: verminderen jeuk en roodheid van de ogen.
- Astmamedicatie (indien benauwdheid): inhalatoren voor controle van luchtwegklachten.

3. Immunotherapie

- Voor mensen met ernstige of aanhoudende klachten.
- Helpt het immuunsysteem geleidelijk minder gevoelig te maken voor het allergeen waarvoor je wordt behandeld.

4. Algemene tips

- Houd binnen de lucht zo schoon mogelijk (luchtfilters, regelmatig stofwissen).
- Controleer pollenverwachting en plan activiteiten buiten indien mogelijk buiten de piek concentraties.

Allergeen immunotherapie (AIT)

AIT is de enige oorzakelijke behandeling voor allergie die op dit moment beschikbaar is.

AIT bestaat uit het geven van een geconcentreerde hoeveelheid van de stof (allergeen) waarvoor het lichaam allergisch is, om zodoende het lichaam te helpen tolerantie tegenover het betreffende allergeen op te bouwen.

De aanbevolen behandelperiode met allergeen immunotherapie is minimaal 3 jaar. Het is belangrijk je hieraan te houden om ervoor te zorgen dat de tolerantie van het lichaam tegenover het allergeen wordt vergroot en een zo goed mogelijk langetermijneffect wordt verkregen.

AIT is verkrijgbaar in de vorm van tabletten, druppels en injecties, uitsluitend op doktersvoorschrift.

In het AZ Sint-Jan Brugge kan je een afspraak maken voor deze behandeling.

Volwassenen:

- Dienst Neus-, keel- en oorzaken
- 050 45 22 80 – Route 235
- dr. A-S. Vinck- dr. K. Speleman

Kinderen 15jaar:

- Dienst Kindergeneeskunde
- 050 45 27 40 – Route 190
- Dr. K. Sauer – dr. T. Claeys – dr. L. De Keyser



Allergieteam

allergieteam@azsintjan.be

**AZ
Sint-Jan
Brugge**

Deze brochure is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld, doch aan eventuele onjuistheden kunnen geen rechten worden ontleend. De informatie opgenomen in deze brochure is aanvullend, niet limitatief en niet exhaustief. Deze kan de individuele informatieverstrekking en onderlinge dialoog tussen arts en patiënt – die steeds op maat en in overeenstemming is met de actuele stand van de wetenschap en met uw specifieke situatie, niet vervangen.

Campus Sint-Jan, Ruddershove 10, 8000 Brugge, 050 45 21 11

Campus SFX, Spaanse Loskaai 1, 8000 Brugge, 050 47 04 70

info@azsintjan.be – www.azsintjan.be

**AZ
Sint-Jan
Brugge**