एलर्जिक सर्दी (Allergic Rhinitis)

सर्दी के कारण नाक के पूर्ण हिस्से में दर्द सा होने लगता है। दर्द के चलते छीके होना, खुजली होना, नाक बंद होना, निरंतर पानी बहना, सफेद द्रव्य का निरंतर निकलना व गले के पिछले हिस्से में बहना।

सहज जी स्वांसोश्वास कंठिका में संसर्गजन्य विषाणुओं के कारण सर्दी होती है; तथापि एलर्जी की सर्दी शीघ्र ठीक नहीं हो पाती कुछ दवाओं के अत्यधिक उपयोग तथा स्वास्थ्य परिस्थिति एवं अन्य अज्ञात कारणोंसे वायू द्वारा कुछ कणों के नाक में जाने से एलर्जिक सर्दी होती है, उसे एजरजेन कहते है। कुछ व्यक्तियों में ऐसे एलर्जिक घटकों के कारण फेफडों में भी दमा रोग होता है (अस्थमा) तथा नेत्रों का रोग भी हो सकता है।

एलर्जी का विभाजन दो प्रकार की पेशियों में किया जा सकता है – मास्ट सेल्स तथा बॅसोफिल्स; यह पेशियॉं दर्द निर्माण करनेवाले पदार्थ बनाती है जैसा हिस्टामिन के कारण नाक के भीतरी हिस्से में द्रव्य निर्माण होता है, जिससे चुभना, खुजली होना, छिंकना व नाक निरंतर बहते रहता है।

मौसम के कारण एवं दीर्घकालीन एलर्जिक सर्दी

एलर्जिक सर्दी यह बदलते, मौसम के कारण हो सकती है। यह दीर्घकालीन वर्षभर भी रहती है। केवल मौसमी एलर्जिक सर्दी यह कुछ अलर्जेन्स के कारण होती है उदा. वृक्ष, घास, सूक्ष्मकण, बुरशी, दीर्घकालीन सर्दी निर्माण करनेवाले अलर्जेन्स है। धूल, जानवरों की गंदगी, जंतु, बुरशी व दुर्गन्ध।

दीर्घकालीन एलर्जिक सर्दी के लक्षण :–

सर्दी यह मुख्यतः नाक से संबंधित विकार है तथापि रोगियों में नेत्र, गला एवं कानों में भी तकलीफ होती है।

- **नाक :** नाक बहना, सफेद द्रव्य निकलना, खुजाना, नाक बंद होना, छींकना, चेहरे पर तनाव आना, दर्द होना।
- **नेत्र :** नेत्रों में खुजली होना, चुभने जैसा मेहसूस होना, लालीपन, सूजन, स्तब्ध होना।
- **गला एवं कान :** गले में लाली आकर सूजन होना, आवाज दबना, कान बंद होना
- **नींद :** मुख से श्वांस लेना, जागरण, शांत नींद न लगना, काम मे मन नही लगना, जी मचलना।

इलाज :–

एलर्जिक सर्दी का इलाज तीन स्तरों पर होता है।

- पर्यावरण नियंत्रण कर एलर्जिक परिस्थितियों को टालना यानि जिनसे सर्दी होती है धुल, कचरा, सुक्ष्मकण, परागकण, दुर्गन्ध से दूर रहना ।
- दवा व्यवस्थापन : ओरल एन्टीहिस्सामिनिक, डीकजेस्टंट, या दोनों का उपयोग कर इलाज किया जाता है, नाक में डालनेवाले ''स्प्रे'' का उवयोग पूरानी सर्दी के लिये अधिक हितकारी होता है।
- प्रतिकार शक्ति बढाना : गंभीर रोग की परिस्थिती में जब अन्य कोई उपाय कारगर नहीं हो पाये तथा अन्य सभी इलाज उपयुक्त न हो तब इसका उपयोग किया जाता है। इस स्वरूप का इलाज प्रारंभ करने के साथ–साथ पर्यावरण नियंत्रण व एलर्जिक पदार्थो को टालने के पश्चात् ही औषधोपचार करना होता है।

नाक में डालनेवाली बूंदे	**मुखमार्ग से लेनेवाले एन्टीहिस्टामिन**	**नाक में उपरी हिस्से में डालनेवाले स्प्रे की बूंदे**
• सर्दी में मुखमार्ग से लेनेवाली दवाओं से यह बूंदे अधिक परिणामकारक रहती है किंतू अन्य अवयवी पर कोई असर नही जैसे नेत्र, गला • गतिशील कार्य के कारण १५ मिनट के भीतर असर दिखाई देता है उदा. ऍझेलास्टीन	• नियमित उपचार अधिक परिणाम कारण • नाक में खुजली, छींकना, सफेद द्रव्य पर अधिक परिणामकारक • लोराटीडीन, डीलोराटीडीन, सेट्रीझीन, लिवोसेट्रीझीन, फेक्सोफेनाडीन	• एलर्जी के कारण दीर्घकालीन सर्दीपर परिणाम कारण साथ ही नाक बंद होना, खुजाना, छींकना, पानी के समान शुभ्र सफेद द्रव्य बहना • कभी कभी नाक में वापरे गये स्प्रे के कारण दुर्गन्ध आती है, आंतरिक हिस्सा सूख जाता है, खून बहता है, ऐसे समय इलाज बंद कर देना चाहिये. उदा. फ्लयुटीकॅझोन, मोमेन्टाझोन, बुडेसोनाईड,दफ्लुनिसोलाईड, ट्रायऍमसिनोलोन, बीक्लोमेथाझोन, फ्लुटीकॅझोन फुरॉएट एवं सिक्लेसोनाईड

नोजल ग्लुकोकार्टीकॉईडस् : नोजल ग्लुकोकार्टीकाईडस (स्टीरॉईडस्) स्प्रे यह एलर्जिक सर्दी का प्रथमोपचार है।

अगर पूरा दिन या सप्ताह ''नोजल ग्लुकोकार्टीकॉईडस'' का परिणाम नही रहा फिरभी इलाज प्रारंभ करते समय पहिलेही बारमें परिणाम दिखाई देता है इसलिये नोजल ग्लुकोकार्टीकॉईडस का नियमित उपयोग ही अपेक्षित परिणाम दिखाता है।

अधिक समय तक गोलियाँ या स्प्रे के कारण अधिक दुष्परिणाम दिखाई देते है, नोजल स्टेटाईडस् में उपयोग में लाये जाने वाले स्टेराईडस कम क्षमता वाले होते है इसलिये दुष्परिणाम स्पष्ट दिखाई नहीं देते।

एलर्जी शॉटस :- एलर्जी शॉटस यानी अलर्जेन इम्युनोथेरपी, एलेर्जेन्सी संवेदना रोकने के लिये इंजेक्शन दिये जाते है। एलर्जी शॉटस् यह सर्वसामान्य रूप से अलेर्जेन्स जैसे कुत्ते व बिल्ली का शौच, परागकण, धुल इम्युनोथेरेपी व्यक्ति की प्रतिकारक्षमता बदलती है इसलिए ॲलर्जेन्स के संपर्क में आने के पश्चात कोई भी तकलीफ अथवा लक्षण दिखाई नहीं देते.

अन्य इलाज :- एलर्जीक सर्दी हुऐ व्यक्तियों के लिये

- क्रोमोलिन सोडीयम के कारण होनेवाले मांसपेशी से बाहर निकलने वाले जिस रासायनिक पदार्थ के कारण नाक में वेदना का निर्माण होता है, ऐसी एलर्जिक सर्दी के लक्षणों का प्रतिरोध होता है। सोडीयम क्रोमोग्लायकेट यह अन्टीहिस्टामिन एवं कार्टीस्टीराईडस् से कम परिणामकारण होता है इसलिये ज्यादा प्रमाण में उपयोग में लाया जाता है (दिन में कम से कम पॉच बार) उसकी उपचारशक्ति थोडी कम होती है।
- इम्प्राट्रोपीअम ब्रोमाईड यह ॲन्टीकोलीनर्जीक इन्ट्रानेझल एजंट यह पानी के समान बहनेवाली सर्दी पर परिणामकारक होता है।
- ल्युकोट्रीन मॉडीफायर्स में मुक्त होनेवाला ल्युकोट्रायनेस यह पदार्थ एलर्जिक सर्दीपर परिणाम करता है। ल्युकोट्रीन मॉडीफायर्स यह ल्युकोट्रायनेस के कार्य में व्यावधान निर्माण करता है, दमा या एलर्जिक सर्दी की तकलीफ के रोगी के लिये परिणामकारक रहता है वैसे ही जिन्हे एस्प्रिन से परहेज है उनके लिए उपयोगी है।

Reference:

1. http://emedicine.medscape.com/article/134825-overview
2. http://www.uptodate.com/contents/allergic-rhinitis-seasonal-allergies-beyond-the-basics
3. Micromedex Healthcare Series Online 2.0