<u>ॲलजिक सर्दी (Allergic Rhinitis)</u>

सर्दीमुळे नाकाच्या पोकळीत दाह निर्माण होणे. अशाप्रकारच्या दाहाची अनेक लक्षणे दिसतात उदा. शिंका येणे, खाज येणे, नाक चोंदणे, नाकातून पाणी वाहत राहणे, आणि नाकाच्या पोकळीत सर्दी वाहत असल्याचे जाणवणे (घट्ट झालेली सर्दी -शेंबूड- सायनस पोकळीतून घशात मागच्या बाजूस वाहणे).

सहसा श्वसनमार्गास होणाऱ्या विषाणू संसर्गामुळे सर्दी होते तर ॲलर्जिमुळे होणारी सर्दी लवकर बरी न होणारी असते, परंतू ती काही औषधांचा अतिवापर, काही वैद्यकीय परिस्थिती आणि इतर माहित नसलेले घटक.

कारणे

हवेतून नाकात जाणाऱ्या काही कणांमुळे ॲलर्जिक सर्दी होते. त्यांना ॲलर्जेन (ज्यामुळे ॲलर्जी होते असे पदार्थ) म्हणतात. काही व्यक्तींमध्ये अशा ॲलर्जिक घटकांमुळे फुफ्फुसांमध्येही संसर्ग होतो (अस्थमा) आणि डोळ्यांमध्ये होणारा संसर्ग (डोळे येणे).

ॲलर्जिचे विभाजन दोन प्रकारच्यादाह निर्माण झालेल्या पेशींमध्ये करता येते - मास्ट सेल्स आणि बॅसोफील्स.या पेशी दाहकारक पदार्थ निर्माण करतात जसे हिस्टामीन, ज्यामुळे नाकाच्या ऊतीत द्रव निर्माण होतो व नाक चोंदते, नाकात खाज येते, शिंका येतात आणि नाक वाहते.

मोसमामुळे होणारी सर्दी व दीर्घकाळ राहणारी ॲलर्जिक सर्दी - ॲलर्जिक सर्दी ही मोसमामुळेही होऊ शकते (ठराविक काळात होणारी सर्दी)किंवा दीर्घकाळ राहणारी (वर्षभरात केव्हाही होणारी) असू शकते. ठराविक मोसमात होणारी ॲलर्जिक सर्दी ही काही ॲलर्जेन्समुळे होते उदा. झाडे , गवत, तण इत्यादीचे परागकण , तसेच बुरशी. दीर्घकाळ राहणारी सर्दी निर्माण करणारे ॲलर्जेन्स म्हणजे धूळ , झुरळे, प्राण्यांची घाण , बुरशी इ.

दीर्घकाळ राहणारी ॲलर्जिक सर्दी - लक्षणे

सर्दी हा मुख्यतः नाकाशी संबंधित आजार आहे असे जरी असले तरी अनेक रूग्णांना डोळे, घसा आणि कानासही त्रास होतो.

- नाक :- नाकातून स्त्राव येणे, नाक चोंदणे / बंद होणे , शिंका येणे , नाकात खाज येणे , नाकाच्या पोकळी द्रव वाहणे , चव जाणे, चेहऱ्यावर ताण येणे आणि वेदना होणे
- डोळे :- डोळ्यांना खाज येणे, लाली येणे, डोळ्यात टोचत राहणे, सूज येणे आणि डोळ्यांखालील त्वचा निळसर होणे (allergic shiners)
- घसा आणि कान :- घसा लाल होऊन सूज येणे , आवाज बसणे / घोघरा होणे , कान बंद
- झोप :- तोंडाने श्वास घेणे , सतत जाग येणे, शांत झोप न लागणे, दिवसभर मरगळ वाटणे , काम करताना अडचणी येणे

उपचार

ॲलर्जिक सर्दीवरील उपचाराचे व्यवस्थापन तीन पातळ्यांवर करता येते :-

- पर्यावरण नियंत्रण आणि ॲलर्जिक घटक टाळणे :- ज्या ॲलर्जिक घटकांनी सर्दी होते उदा. परागकण , धूळ , इ. पासून दूर राहणे .
- औषधोपचार व्यवस्थापन :- तोंडावाटे द्यावयाचे ॲन्टीहिस्टामीन , डिकंजेस्टंट किंवा दोन्हीचा वापर करून रूग्णावर उपचार केले जातात. नाकात फवारण्याच्या स्टीरॉईडच्या स्प्रेचा वापर जुनाट सर्दीवर जास्त परिणामकारक ठरतो.

- प्रतिकारशक्ती वाढविणे :- गंभीर स्वरुपाचा आजार झाल्यास व इतर उपाययोजनांना योग्य प्रतिसाद मिळत नाही असे आढळल्यास, काही गुंतागुंत निर्माण झाल्यास या उपचाराचा विचार करावा लागतो. या स्वरुपाचा उपचार सुरू करताना त्याबरोबरच पर्यावरण नियंत्रण आणि ॲलर्जिक घटक टाळणे आणि औषधोपचार व्यवस्थापन यांचाही उपयोग करावा लागतो.

नाकात वरून घालावयाचे थेंब	तोंडावाटे द्यावयाचे ॲन्टीहिस्टामीन	नाकात वरून घालावयाचे स्टेरॉईडचे थेंब
• सर्दीच्या लक्षणावर तोंडावाटे घ्यावायाच्या ॲन्टीहिस्टामीनपेक्षा अधिक परिणामकारक असल्याचे आढळते , परंतू इतर अवयवांवरील परिणाम दूर करू शकत नाही. उदा. डोळे • वेगात कार्य करतात (१५ मिनिटांपेपेक्षा कमी वेळ लागतो) त्यामुळे अधिक परिणामकार असल्याचे दिसते • उदा. ॲझेलास्टीन	• नियमित उपचार अधिक परिणामकारक ठरतात • नाकात खाज येणे, शिंकणे आणि शेंबूड यावर अधिक परिणामकारक • लोराटेडीन, डिलोराटेडीन, सेट्रीझीन, लिवोसेट्रीझीन, फेक्सोफेनाडीन	• ॲलर्जीमुळे दीर्घकाळ राहणाऱ्या सर्दीवर अधिक परिणामकारक . त्या बरोबरच नाक बंद होणे, खाजणे, शिंकणे आणि पाण्यासारखा शेंबूड • कधीकधी , नाकात घातलेल्या स्टेरॉईडमुळे खराब वास येतो किंवा विचित्र चव येते किंवा नाकाचे आतील आवरण कोरडे पडते किंवा रक्तही येते असे वारंवार घडल्यास उपचार थांबवावे. • उदा. फ्लुटीकॅझोन, मोमेन्टाझोन, बुडेसोनाईड, फ्लुनिसोलाईड, ट्रायॲमसिनोलोन, बीक्लोमेथाझोन, फ्लुटीकॅझोन फुरॉएट आणि सिक्लेसोनाईड

नेझल ग्लुकोकार्टीकॉईडस् :- नेझल ग्लुकोकार्टीकॉईडस (स्टीरॉईडस्) स्प्रे हा ॲलर्जिक सर्दीवरील पहिला उपचार आहे.

जरी पूर्ण दिवस किंवा आठवडाभर नेझल ग्लुकोकार्टीकॉईडसचा परिणाम राहत नसला तरी उपचार सुरू केल्यावर पहिल्याच दिवशी त्याचा परिणाम दिसतो. त्यामुळे नेझल ग्लुकोकार्टीकॉईडसचा नियमित वापर सुरू ठेवल्यास त्याचा अपेक्षित परिणाम साधता येतो.

अधिक काळ गोळ्या किंवा फुप्फुसात हुंगल्यास स्टीरॉईडस्चे दुष्परिणाम अधिक होतात. नेझल स्टीरॉईडस्मध्ये वापरली जाणारी स्टीरॉईडस् अतिशय कमी क्षमतेची असतात आणि त्याचे कोणतेही इतर दुष्परिणाम दिसत नाहीत.

ॲलर्जी शॉटस् :- ॲलर्जी शॉटस् म्हणजेच ॲलर्जेन इम्युनोथेरपी, ॲलर्जेन्सची संवेदनशीलता रोखण्यासाठी इंजेक्शन दिली जातात. ॲलर्जी शॉटस् हे सर्व सामान्य ॲलर्जेन्स जसे परागकण , मांजर किंवा कुत्र्याची विष्ठा, धूलीकण इ. इमयुनोथेरपीमध्ये व्यक्तीची प्रतिकारक्षमता बदलते. त्यामुळे ॲलर्जेनच्या संपर्कात आल्यास नंतर कोणताही त्रास किंवा लक्षणे दिसत नाहीत.

इतर उपचार - ॲलर्जिक सर्दी झालेल्या काही व्यक्तींसाठी -

- क्रोमोलीन सोडीअममुळे ॲलर्जी होणाऱ्या पेशीतून बाहेर टाकल्या जाणाऱ्या ज्या रासायनिक पदार्थांमुळे नाकात दाह निर्माण होतो अशा ॲलर्जिक सर्दीच्या लक्षणांचा प्रतिरोध होतो. सोडीअम क्रोमोग्लायकेट हे ॲन्टीहिस्टामीन आणि कार्टीकोस्टीरॉईडस्पेक्षा कमी परिणामकारक असते त्यामुळे जास्त प्रमाणात वापरावे लागते (दिवसातून किमान पाचवेळा)त्याची परिणामकारकता थोडी कमी असते.

- इम्प्राट्रोपीअम ब्रोमाईड हे ॲन्टीकोलीनर्जिक इन्ट्रानेझल एजंट हे पाण्यासारख्या वाहणाऱ्या सर्दीवर परिणामकारक ठरते.
- ल्युकोट्रीन मॉडीफायर्स - यामध्ये मोकळा होणारा ल्युकोट्रायनेस हा घटक ॲलर्जिक सर्दीवर परिणाम करतो. ल्युकोट्रीन मॉडीफायर्स हे ल्युकोट्रायनेसच्या कार्यात व्यत्यय निर्माण करतात. अस्थमा किंवा ॲलर्जिक सर्दीचा त्रास असणाऱ्या रूग्णांसाठी ते परिणामकारक असतात. तसेच ज्यांना ॲस्प्रीनची संवेदनशीलता असते अशा रूग्णांवरही परिणाम करतात.

संदर्भ :

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