

# Göz ve bahar alerjileri



Dünya nüfusunun yaklaşık % 20'si yaşamları boyunca en az bir kez alerjik göz hastalıklarına yakalanıyor. Özel TOBB ETÜ Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Nuray Akyol da bahar alerjisinin gözlerimizi nasıl etkilediğini ve korunmak için neler yapmamız gerektiğini anlattı.

**B**aharın ılık güneşini tenimizde hissetmeye başladık. Doğa uyandı, ağaçlar ve çiçekler coşkuyla renk ve koku cümbüşü içindeki yerlerini aldı. Yazın eli kulağında. Pek çoğumuz için bu mevsim yılın en güzel mevsimi. Ama bahar alerjisi olanlar için bu renkler ve kokular kabus adeta. Havada bahar kokusu olması demek onlarca çeşit polen, tatlı tatlı esen rüzgarla savruluyor demek aslında. Yanan, kaşınan kırmızı gözler; sürekli akan,

tıkali bir burun; hatta bazılarımız için nefes darlığı ve öksürük demek.

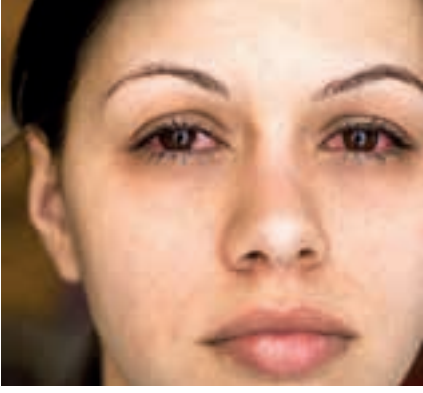
Özel TOBB ETÜ Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Nuray Akyol da bahar alerjisinin gözlerimizi nasıl etkilediğini ve korunmak için neler yapmamız gerektiğini şöyle açıkladı:

“Dünya nüfusunun yaklaşık % 20'si yaşamları boyunca en az bir kez alerjik göz hastalıklarına yakalanırlar. Her yaştan ve cinsten insan etkilenebilirse de, göz yü-

zeyindeki bağışıklık sistemi erken yaşlarda tam olgunlaşmadığı için 3 yaş altında oldukça nadirdir. 5 yaşından sonra olgu sayısı hızla artar. Adölesan ve genç erişkin yaş grubu en sık görüldüğü yıllardır; bu yaş grubu eğitim ve iş yaşamında aktif olduğundan hastalık günlük yaşamın konforunu azaltmakta, çok sayıda hekim ziyaretine, iş günü ve eğitim günü kayıplarına yol açmaktadır.

## Saman nezlesi ilk sırada

Tüm alerjik konjonktivitler içinde en sık görülen tablo mevsimsel alerjik konjonktivittir (saman nezlesi). Tüm olguların % 90'ını oluşturur ve çoğu kez rinit ve sinüzitle birlikte. Tipik olarak her iki gözde ve aniden başlar; havada bulunan polen vb çevresel allerjenlere karşı gelişen bir tablodur. Diğer



alerjik konjonktivitlere göre daha hafif seyrederek. Bitki örtüsünden zengin coğrafi bölgelerde daha sık görülürler. İçinde bulunduğumuz mevsimde bahar polenleri mevsimsel allerjik konjonktivit en önemli nedenidir.

### Bitkilerin polenizasyon dönemi

Ancak bitkilerin polenizasyon dönemleri farklı farklıdır. Örneğin meşe ağacının polinasyon dönemi nisan-mayıs aylarırken fındık ağacınınki şubat-mart aylarıdır. Bazı ağaçlarda polenizasyon sonbaharda olur. Örneğin gürgen poleni allerjisinde yakınmalar eylül-ekim aylarında daha fazladır. Çimen, ısırganotu gibi otsu bitkilerin polinasyon dönemi daha uzundur ve Nisan ayında başlayıp Ekim sonuna kadar devam eder. Bu nedenle hastanın hangi bitkilerle duyarlı olduğu bilinirse mevsimsel allerjik konjonktivitler daha kolay kontrol edilebilirler. Hem korunma önlemleri, hem de tıbbi tedavi bu sayede daha başarılı olur.

Diğer allerjik konjonktivit tabloları yılboyu allerjik konjonktivit, atopik allerjik konjonktivit, kontakt lense bağlı allerjik konjonktivit ve vernal allerjik konjonktivit olarak sayılabilir. Yılboyu (Peranneal) konjonktuvitte seyir daha kroniktir ve semptomlar daha hafiftir. Mevsimsel olmayan allerjenler (hayvan tüyü, ev tozu ve diğer solunum yoluyla alınan allerjenler) söz konusudur. Tüm allerjik konjonktivitler içindeki sıklığı % 4-5 dolayındadır. Vernal konjonktivit genellikle 10 yaşından küçük erkek çocuklarda görülür ve 5-10 yıllık bir alevli dönem sonrasında sakinleşir.

### Doğru tanı gerekiyor

Her iki gözde kaşınma, sulanma, ışığa hassasiyet, yabancı cisim hissi ve yoğun



Özel TOBB ETÜ Hastanesi  
Göz Hastalıkları Uzmanı  
Prof. Dr. Nuray Akyol

sümügümsü salgı ile seyrederek. İlkbaharda, güneşli günlerin başlangıcı ile başlar, sonbaharda sakinleşir. Saman nezlesi ile karışabilir. Doğru tedavi için ayırıcı tanı şarttır. Atopik keratokonjonktivit sıklıkla 30-50 yaş erkeklerde görülür. Tüm allerjik konjonktivitlerin % 1 den azını oluşturur ve mevsimsel ilişki göstermez. Diğer atopik hastalıklarla birlikte olabilir (Atopik dermatit, rinit, asthma gibi). Ağır kronik konjonktivit, konjonktival fibrozis ve kuru göz sendromuna yol açabilir. Kapak kenarlarının tutulumu ile egzema, kapak kenarlarındaki yağ bezlerinin enfeksiyonu (meibomitis) ve kirpiklerde dökülme gözlenebilir. Dev papiller konjonktivit Kontakt lens kullanan hastalarda, kontakt lenslere veya bakım solüsyonlarına karşı gelişen bir aşırı duyarlılık reaksiyonudur. Tanı için hikaye ve klinik yeterlidir. Tedavi esnasında kontakt lenslerin kullanımına son verilmesi ya da günlük kullanat lenslere geçilmesi gerekebilir. Bazen lens kullanım şemasında veya bakım solüsyonlarında yapılacak değişikliklerden de yarar görebilir. Ancak kontakt lens kullanan hastalarda mevsimsel allerjik konjonktivit de görülebileceği ve daha şiddetli seyredebileceği hatırlanmalıdır.

### Mevsimsel allerjik konjonktivitlerde tedavi

Bahar aylarında semptomlar başlar başlamaz hekime danışılmalı, ya da önceki yıllarda her yıl tekrarlanması gereken bir tedavi önerildiyse ona başlanmalıdır. Mev-

### Bunları biliyor musunuz?

- ▶ Her bahar tekrarlayan göz kaşınması ve sulanma bahar allerjisine bağlı olabilir.
- ▶ Tedavi ne kadar erken başlarsa o kadar kolay ve yararlı olur.
- ▶ Bahar allerjisi kontakt lens kullanımını güçleştirebilir veya ara verilmesini gerektirebilir. Bazen de tedavinin kendisi bir mola gerektirir.
- ▶ Kuruluğa bağlı yakınmalar allerjik konjonktuvitte bazen artar bazen de azalır.

simsel allerjik konjonktivitlerin tedavisinde yardımcı önlemler en az ilaç tedavisi kadar önemlidir. Polen yükünün fazla olduğu günlerde açık havada bulunmaktan kaçınılmalı, evin havalandırılması için camların açılması değil mümkünse klima kullanılmalıdır.

### Güneşten korunma önemli

Yine bu dönemde arabanın penceresinin kapalı tutulmalıdır. Zorunlu hallerde dışarıya çıkıldıysa göze mümkün olduğunca iyi oturan ve gözü çevreleyen gözlükler kullanılmalıdır. Rüzgarlı havalarda çim biçilmemeli, yeni kesilmiş çimlerin yanına gidilmemeli, dışarıdan eve gelir gelmez duş alınmalı, gıysiler değiştirilmeli; en azından yüz yıkanarak kirpiklerdeki polen yükünden kurtulmalıdır. Dışarıdaki faaliyetlerden sonra eller yıkanmadan göze ve buruna dokunulmamalıdır. Güneşten korunma önemlidir.”