

Niezen, snotteren, rode ogen ...

Heb jij in het voorjaar en de zomer last van een loopneus, kriebelhoest, niesbuien of tranende ogen? Dan is de kans groot dat je allergisch bent voor graspollen, boompollen en/of pollen van (on)kruiden. Allergische rinitis is de medische benaming voor deze aandoening. In de volksmond spreken we van hooikoorts.

Een op de acht mensen in Europa lijdt aan hooikoorts. De allergische klachten aan de luchtwegen worden veroorzaakt door een reactie van het immuunsysteem. Dat is het verdedigingssysteem van het menselijk lichaam. Het beschermt je tegen ziekteverwekkers zoals microben, virussen en bacteriën die je lichaam binnendringen. Bij hooikoorts ontstaat die reactie na het inademen van stuifmeel dat vrij rondzweeft in de lucht.

Hooikoorts of COVID-19?

De symptomen van hooikoorts lijken erg op verkoudheidsklachten. Maar sommige hooikoortslidgers hebben ook last van een piepende ademhaling, hoesten en benauwdheid. En dat zijn ook symptomen van COVID-19. Hoe kan je nu weten of je last hebt van hooikoorts of van een COVID-19-infectie?

Verschillen

Ondanks de naam is koorts geen verschijnsel van hooikoorts. Ook spierpijn hoort niet bij hooikoortsklachten. Maar die twee zijn wél symptomen van COVID-19. Net zoals extreme vermoeidheid, en verlies van smaak en geur. Nog een merkbaar verschil tussen beide infecties is dat mensen met hooikoorts vooral klachten hebben aan de bovenste luchtwegen. Bij COVID-19



Foto iStock - Eva-Foreman

situëren de problemen zich vooral aan de lage luchtwegen. De bovenste luchtwegen bestaan uit de neus, de keel en het strottenhoofd. De onderste luchtwegen bestaan uit de luchtpijp, de luchtpijptakken en het longweefsel.

Mensen die geregeld last hebben van hooikoorts zullen de klachten wellicht wel herkennen. Ze kunnen daarvoor de passende medicatie innemen. Wie toch twijfelt neemt het best contact op met de huisarts.

Enkele tips om hooikoortsklachten te verminderen

- Gebruik op tijd medicatie tegen hooikoorts.
- Douche voor het slapen gaan om pollen uit het haar te wassen.
- Was kleding regelmatig en droog deze niet in de buitenlucht.
- Houd ramen en deuren gesloten.
- Draag een zonnebril als je buiten komt.
- Vermijd lichamelijk inspannende activiteiten in de buitenlucht.