

# Göz Alerjisi Kâbusunuz Olmasın



thi – Mevsim geçişlerinin en çok alerjik bünyeli bireyleri etkilediğini belirten Batıgöz Sağlık Grubu Göz Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Tayfun Bavbek; “Özellikle göz

alerjisi rahatsızlığınız varsa; mart ayından eylül ayına kadar geçen sürede yani ilkbahar ve yaz aylarında, göz sağlığınıza dikkat etmeniz büyük önem taşıyor. Alerjik konjonktivit olarak da bilinen göz alerjisi oldukça yaygın bir rahatsızlık. Yetişkinlerde de çocuklarda da benzer semptomlarla öne çıkan göz alerjisinin bulaşıcı olmadığını belirtmekte fayda var” yorumunda bulundu.

Göz alerjisi mevsimi geldi çattı. Özellikle polen ve tozlu ortamlara yönelik alerjiniz varsa, alerjinizin sürekli tetiklendiği ilkbahar ve yaz aylarında göz sağlığınıza her zaman olduğundan daha çok dikkat etmeniz gerekiyor. Peki, göz alerjisini ne gibi durumlar tetikliyor? Göz alerjisi; ev hayvanlarının tüylerinden, tozdan, polenlerden, dumandan, parfümden hatta zaman zaman yiyeceklerden dahi kaynaklanabiliyor.

**“Göz alerjisi kronik bir rahatsızlık olduğu için belli dönemlerde kendini tekrar eden bir döngüye sahip”**

Göz alerjisine neden olan durum tespit edilemediğinde, alerjik reaksiyonun daha da şiddetlenebileceğine dikkat çeken Prof. Dr. Tayfun Bavbek, “Göz alerjisi kronik bir rahatsızlık. Belli dönemlerde kendini tekrar eden bir döngüye sahip. Göz alerjisi olan bireylerde burun alerjileri de görülebiliyor. Burnun kaşınması, tıkanması ve hapşırma gibi belirtiler oluşsa da bu durum, genellikle mevsimsel alerjilere bağlı geçici bir süreç.

Göz alerjisinde en sık karşılaşılan belirtiler ise gözde kızarma, şişme, kaşıntı, yanma, sulanma ve ışığa duyarlılık" açıklamasında bulundu.

**"Şiddetli göz alerjisinin tedavisi için göz damlası dışında kortizon verilmişse, bu süreç göz hekiminin kontrolünde olmalı"**

Bu sürecin tedavisinde kullanılan en başarılı yöntemin göz damlaları olduğunu ifade eden Bavbek, "Göz alerjisi olan bireyler, rahatsızlıkları artmaya başladığı andan itibaren günde ortalama 4 kez damla kullanılmalı. Çok ağır vakalarda danışanlarımızın kortizon kullanmaları da gerekebiliyor. Ama yan etkileri çok fazla olduğu için, bu ilacı bireyler kendi başlarına kullanmamalı. Göz doktorunun yakın takibi ve kontrolü ile ilerlenmesi gerekiyor. Burada önemli olan nokta ise bu tip ilaçların sadece belirtileri ortadan kaldırması... Kronik bir rahatsızlık olduğu için göz alerjisi belli dönemlerde tekrar şiddetlenebiliyor" dedi.

### **Göz alerjisinde nelere dikkat edilmeli?**

1-Polene alerjiniz varsa, havadaki polen miktarının en yüksek olduğu dönemlerde dışarı çıkmamaya özen gösterin.

2-Özellikle yaz döneminde dışarıya çıkarken gözlüğünü ve şapkanızı yanınızdan ayırmayın.

3-Evinizde ve arabanızda pencereleri kapalı tutun ve klima kullanın. Bu sayede iç mekanlarda polene ve diğer tahriş edici etmenlere maruz kalma seviyenizi düşürebilirsiniz.

4-Alerjik bünyeli bireylerin, evlerinde kullandıkları klimaların kontrol ve temizliğini düzenli aralıklarla yaptırmaları büyük önem taşıyor.

5-Küflü ortamlar, göz alerjisini tetikleyen bir diğer unsur. Bu nedenle bodrum katı, banyo ve mutfak gibi rutubetin yüksek

olduğu alanları sık sık temizleyin. Nem giderici cihazlarla ortamı, göz sağlığınız için daha uygun hale getirebilirsiniz.

6-Yatak odanızda mutlaka antialerjik nevresim takımları kullanın.

7-Göz alerjinizi kedi-köpek tüyü tetikliyorsa, ev hayvanlarınızı mümkün olduğu kadar evin dışında tutmaya gayret edin.

8-Göz alerjiniz başladığında gözlerinizi asla ovalamayın. Aksi takdirde tahrişı daha da artırmış olursunuz. Bu noktada yapmanız gereken tek şey, göz hekiminizin vermiş olduğu göz damlasını kullanmak.