

Vijftien procent van de mensen heeft in het pollenseizoen last van hooikoorts.

Prof. dr. Jan Ceuppens legt uit wat een stuifmeelallergie is.

En wat je eraan kunt doen.



HOOIKOORTS

Ad van Poppel

Niezend de lente in

Niet iedereen is even blij met de komst van het voorjaar. Dat gaat zeker op voor de mensen die last hebben van stuifmeel- of pollenallergie. Bomen, grassen en planten verspreiden in hun bloeiperiode stuifmeel. Dat leidt bij een deel van de bevolking tot allergische reacties als niezen, neusloop, tranen of jeuk in de ogen. Pollenallergie is de meest voorkomende vorm van allergie, weet prof. dr. Jan Ceuppens, kliniekhoofd interne geneeskunde, allergie en klinische immunologie. "Vijftien procent van de mensen krijgt allergische reacties op stuifmeel. Maar dat wil niet zeggen dat ze er allemaal veel last van hebben." Stuifmeelallergie is terug te brengen tot een foutje in het immuunsysteem. Het immuunsysteem beschermt tegen parasitaire infecties door zogenaamde IgE-antistoffen aan te maken. Die antistoffen zetten zich vast op 'mestcellen' in de slijmvliezen van de luchtwegen,

zowel van de neus als van de lagere luchtwegen. "Als het stuifmeel met die mestcellen in contact komt, komt er histamine vrij. Dat leidt tot tranen, niezen, neusverstopping en keelpijn", aldus professor Ceuppens. "We maken allemaal IgE-antistoffen aan. Op zich is dat geen probleem. Het gaat echter fout als je die aanmaakt tegen iets onschadelijks, zoals stuifmeel. Normaal zou je daar niet op mogen reageren. Hoe meer antistoffen je aanmaakt, hoe meer last je ervan hebt. De last hangt natuurlijk ook af van de hoeveelheid stuifmeel waaraan je blootgesteld wordt. Een stuifmeelallergie veroorzaakt alleen symptomen als je met het stuifmeel in contact komt, bijvoorbeeld bij het grasmaaien. En op sommige lentedagen hangen er grote hoeveelheden pollen in de lucht, vooral bij winderig en droog weer." Er zijn twee belangrijke 'bronnen' van

stuifmeel: berken en gras. Berken en grassen verspreiden veel meer stuifmeel dan andere bomen en planten. Vandaar dat juist in de bloeiperiode van die twee de allergische patiënten de meeste aanvallen van hooikoorts te verwerken krijgen. Vooral de berk is 'berucht'. Prof. dr. Ceuppens: "Er zitten in de periode maart-april grote hoeveelheden stuifmeel van die boomsoort in de lucht. Dat kan zich over grote afstanden verspreiden. Er zijn verplaatsingen van berkenstuifmeel bekend van Sint-Petersburg in Rusland via Scandinavië tot in onze streken."

Verklaring

Waar komt die pollenallergie vandaan? "Vroeger dacht men dat er iets giftigs zat in het stuifmeel. Maar daarmee konden men geen verklaring bieden voor het feit dat de ene persoon er wel op reageert en de andere niet", zegt prof. dr.

Ceuppens. Is het dan aangeboren? “Wat aangeboren is, is de neiging om de IgE-antistoffen tegen onschadelijke stoffen uit onze omgeving aan te maken. Er zijn bepaalde genen die daartoe bijdragen en er is dus een erfelijke aanleg tot allergie, maar de exacte overerving is nog niet bepaald. Die erfelijke aanleg wordt ‘atopie’ genoemd. Het wil niet zeggen dat alle mensen met atopie ook allergisch aan stuifmeel worden. Er moet een voldoende hoeveelheid van die IgE-antistoffen aangemaakt worden eer er symptomen van stuifmeelallergie kunnen ontstaan. Dat kan verschillende jaren duren. Bij kinderen is er zelden sprake van zo’n stuifmeelallergie voor hun zevende jaar. Rond die leeftijd begint het. We zien ook patiënten die pas op hun twintigste de eerste symp-

stoot van dieselauto’s is er één van. Prof. dr. Ceuppens: “Dieselpartikels blijken stuifmeelkorrels te absorberen. Bij experimenten zien we dat muizen die diesel én stuifmeel samen inademen veel gemakkelijker een allergie ontwikkelen dan muizen die enkel stuifmeel inademen. Ook tussen landen onderling zijn er verschillen. Er zijn studies naar het voorkomen van stuifmeelallergie in diverse landen uitgevoerd en in ons land ligt het aantal patiënten hoger. Er wordt bij ons dan ook veel met dieselwagens gereden...”

Contact

Wat kun je aan een stuifmeelallergie doen? Lijdzzaam ondergaan? “Je kunt het contact met pollen moeilijk vermijden”, zegt professor Ceuppens. “Op



Prof. dr. Jan Ceuppens: ‘Vijftien procent van de mensen is allergisch voor stuifmeel. Maar niet iedereen heeft er veel last van’

‘Allergieën komen in de westerse wereld veel vaker voor dan in ontwikkelingslanden’

tomen krijgen. We hebben zelfs patiënten die pas op hun zeventigste een berkenallergie kregen.” Het aantal mensen dat last heeft van stuifmeelallergie, ging de afgelopen decennia in stijgende lijn. Volgens professor Ceuppens begon de toename in de jaren zestig en zeventig van de vorige eeuw. Ondertussen neemt het tempo van de stijging af en verwacht men dat het aantal zich zal stabiliseren. Een reden voor de toename van het aantal allergiepatiënten wordt gezocht in de leefomgeving in de westerse wereld. “Er komen hier veel meer allergieën voor dan in de ontwikkelingslanden. Milieufactoren zijn belangrijk. Een plausibele hypothese is dat door de hygiënische leefomstandigheden het immuunsysteem niet helemaal uitrijpt. Daar is nog geen bewijs voor, maar men gaat af op correlaties tussen de toename van hygiëne en een vermindering van infectieziekten enerzijds én een toename van de allergieën anderzijds. Ook antibiotica kunnen een bevorderende factor zijn. Die kunnen namelijk veranderingen in de darmflora teweeg brengen. De darmflora is erg belangrijk bij het uitrijpen van het immuunsysteem. Dat wil helemaal niet zeggen dat antibiotica slecht zijn, maar ze mogen niet onterecht, bijvoorbeeld bij virale infecties, voorgeschreven worden. Dat gebeurde in het verleden te vaak en vandaag ook nog.” Er zijn in het leefmilieu nog andere allergie-versterkende factoren. De uit-

dagen dat er veel pollen in de lucht zitten, zoals bij droog en winderig weer, kun je wel binnen blijven.” Maar dat is geen echte oplossing. De pollenperiode duurt lang: het berkenstuifmeel zit vooral eind maart, begin april in de lucht en het grasstuifmeel is er van half mei tot half juli. Een andere, betere oplossing is medicatie. De geneesmiddelen tegen hooikoorts zijn antihistaminica en neussprays met een heel kleine hoeveelheid cortisonen. Die bestrijden de ontsteking en de symptomen. De symptomen

kunnen echter hevig zijn en daardoor de levenskwaliteit aantasten. En de bijwerkingen van de medicijnen kunnen erg vervelend zijn, met bijvoorbeeld slaperigheid en neusbloedingen. Daarom neemt men in een tweede fase vaak de toevlucht tot hyposensibilisatie (immunotherapie). Daarbij spuit men kleine progressief stijgende hoeveelheden allergenen in, zodat het immuunsysteem daarop gaat reageren met de vorming van een andere soort antistoffen, de IgG-antistoffen. Deze stoffen zijn beschermend. “Dat is geen genezing, maar je vermindert er wel de hevigheid van de allergie mee”, aldus professor Ceuppens. “Op die manier moet je veel minder medicatie innemen. En soms kun je de medicatie zelfs helemaal weglaten.”

Pollen en fruitallergie

De helft van de patiënten die een stuifmeelallergie hebben, krijgt ook reacties in de mond bij het eten van fruit of rauwe groenten. Prof. dr. Jan Ceuppens legt uit dat er in het berkenstuifmeel een eiwit aanwezig is dat gelijkenissen vertoont met een eiwit dat ook in fruit en groenten voorkomt. Dat is vooral het geval bij appels, steenfruit en noten. De mestcellen waarop de allergenen zich vastzetten, zitten ook in de mond. “Eet je een appel, dan krijg je als je IgE-antistoffen tegen berkenpollen hebt, jeuk in de mond. Soms krijg je er zelfs neusloop of jeuk aan de ogen van. Het eiwit is echter ‘hittelabel’: als je het fruit verwarmt, reageer je er niet meer op. Vandaar dat die patiënten wel appelmoes of hazelnootchoco verdragen.”

Nieuwe allergiebrochure

UZ Leuven heeft onlangs een nieuwe brochure over allergie uitgegeven. Daarin wordt aandacht besteed aan allerlei vormen van allergie, waaronder stuifmeelallergie. Handig erin is de pollenkalender waarop de perioden van hoge stuifmeelconcentraties per boom- en grassoort staan aangegeven. De brochure is verkrijgbaar bij het onthaal van de consultatie inwendige geneeskunde.

