

HAVA DEĞİŞİKLİKLERİ VE ASTIM NÖBETLERİ

Dr. Aydın BİLGİÇ *

Astımlı hastalar hava değişikliklerinden kolayca etkilenip şikâyetçi olurlar.

Sis, yağmur, lodos, ani ısı değişikliği, hava basıncındaki farklılıklar, hatta havadaki elektrik yükünün astımlıları etkiliyerek, krizlere neden olduğu sıklıkla görülen bir durumdur.

Bilindiği gibi, astım ve alerjik nezle, solunum yollarının (ev tozu, çiçektozu, mantar küfleri, hayvan tüyleri, yiyecek ve ilaçlar gibi) çeşitli alerjenlere karşı duyarlı oluş halidir. Burada burun ve bronşlar gibi, doğrudan doğruya hava ile teması olan bir organın duyarlılığı söz konusudur. Doğaldır ki, bu organlar havadaki değişikliklerden öncelikle etkilenecek ve bir tepki gösterecektir. Tıpkı midesi hassas ve hasta olan kimselerin, yiyecek veya lokanta değişikliğinde gösterdikleri hazımsızlık tepkileri gibi.

Bunun daha ani ve belirgin bir örneğini alerjik nezlesi olanlarda görürüz. Bu kişiler en ufak bir hava akımı ve ısı farkından etkilenip hemen aksırmaya başlarlar. Sabah yataktan kalkma ile birlikte peşpeşe gelen aksırmaların nedeni de, yatağın ılıkliğından odanın serinliğine geçişlerdir. Astımlı hastalarda da hava değişiklikleri etkili olmakta ve sıkıntılarının artmasına yol açmaktadır. Bu durum mevsim deği-



şiklikleriyle ilgili olduğu kadar, yer değişiklikleri ve aynı yerde sürekli değişen hava koşullarına da bağlı olabilir. Bir başka benzetişle, astımlı hasta, havadaki her türlü değişikliğe karşı ibre sapması ile cevap veren bir barometre haline gelmiştir. Bu ibre sapmaları astımlıda, nefes darlığı sıkıntılarının artması şeklinde ortaya çıkmaktadır.

● Soğuk havalarda ısınmak pek de kolay olmayabilir. Bunun için, çoğu insanın günlük kalori gereksiniminin % 90'ı olan 1800 kaloringin yakılması gerekir. Ancak böylece normal insanın vücut sıcaklığı olan 36,5 derece sağlanır.

* Dahiliye ve Alerji Hastalıkları Uzmanı

Size ne kadar genç görüldüğünüzü söyleyenler, böylelikle yaşlanmış olduğunuzu da ima ederler.

Gary GRANT