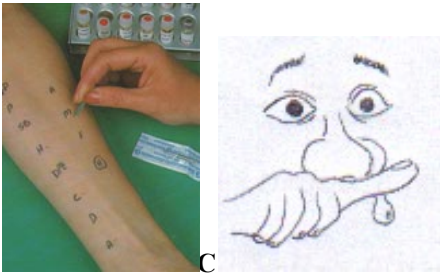


SIASIAN:

Cara yang paling baik adalah mengenal alahan itu sendiri. Ia boleh dikenali apabila pesakit mengalami symptom bersin, lehan hidung, gatal-gatal hidung atau mata apabila terdedah kepada alahan tersebut. Namun begitu, Doktor boleh mengadakan ujian alahan bagi mengenalpasti jenis alahan ini. Ujian ini biasanya dilakukan pada kulit bahagian lengan. Jika ada reaksi pada antigen yang diberi, bermaksud pesakit alah kepada nya.



AMALKAN CARA HIDUP SIHAT:

- Bersenam untuk melancarkan pengaliran darah.
- Amalkan pemakanan seimbang dan yang boleh menjauhkan penyakit.
- Mengatasi masalah stress dengan berfikir lebih positif dan menyelesaikan masalah lebih berkesan.
- Berhenti atau mengelak dari orang yang menghisap rokok.
- Bersihkan persekitaran rumah dari habuk dan kekotoran yang dibawa oleh lipas.
- Cuci permaidani menggunakan penyedut hamagas atau tidak menggunakannya.

- Basuh patung permainan kanak-kanak yang berbulu.
- Bersihkan habuk pada kipas, langsir, tempat tidur dan sofa tempat menonton TV.
- Jemur tilam, bantal dan sebagainya bagi mengurangkan populasi hama rumah.
- Buka tingkap untuk pengudaraan yang lebih sempurna.
- Servis penghawa dingin berjadual untuk mengelakkan habuk.
- Jauhkan binatang peliharaan pada anak-anak yang alah pada bulunya.
- Elakan menanam bunga jika anda alah kepadanya.

SEMOGA ANDA MENDAPAT FAEDAH DARI MAKLUMAT INI.



JABATAN
PEMBEDAHAN
OTORINOLARINGOLOGI,
KEPALA DAN LEHER
HOSPITAL MELAKA.
JALAN MUFTI HAJI
KHALIL,
75400, MELAKA
TEL: 06 -2892693/ 2694

ALLERGIC RHINITIS

(Alahan selsema)



JABATAN PEMBEDAHAN
OTORINOLARINGOLOGI
KEPALA DAN LEHER
HOSPITAL MELAKA

ALLERGIC RHINITIS (ALAHAN HIDUNG)



Alahan hidung adalah penyakit yang kerap di hidapi oleh manusia. Ia bermula dengan bersin, hidung menjadi gatal-gatal dan lelehan jernih dari rongga hidung. Jika ianya terlalu kerap, akan menyebabkan hidung tersumbat dan kesukaran untuk bernafas.

Jika ianya dijangkiti oleh kuman bakteria, lelehan akan menjadi lebih pekat dan bernanah. Kadang-kadang akan berbau busuk. Dikalangan orang Melayu, ia dikenali sebagai penyakit Resdung.

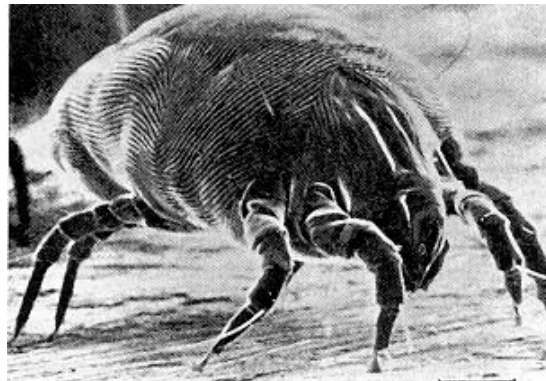
Ramai dikalangan kita beranggapan ianya satu fenomena biasa dan tidak endah untuk mengambil rawatan.

PERBANDINGAN ANTARA ALAHAN DAN DEMAM SELSEMA.

Alahan hidung bermula apabila pesakit terdedah kepada Alahan seperti habuk. Ia menyebabkan pesakit bersin, hidung berasa gatal, keluar lelehan jernih dan kadang-kadang menyebabkan hidung tersumbat. Ia juga boleh disebabkan oleh perubahan cuaca, stress atau terdedah kepada asap atau bau yang kuat.

Demam Selsema pula selalunya berkaitan dengan jangkitan kuman sama ada Virus atau Bakteria. Pesakit akan merasa demam, lemah anggota badan, kurang selera makan. Mereka kurang bersin tetapi mempunyai lelehan hidung yang pekat atau bernanah. Ianya boleh menyebabkan resdung dengan lelehan nanah yang berbau.

APA PENYEBABKAN ALAHAN ?



HAMA RUMAH

- 1) MAKANAN SEPERTI MAKANAN LAUT SUSU LEMBU, KEKACANG, DAGING DAN TELUR
- 2) BULU BINATANG SEPERTI KUCING, ANJING DAN TIKUS
- 3) UBAT-UBATAN SEPERTI ANTIBIOTIK, VAKSIN.
- 4) BAHAN KIMIA, NIKEL, ALAT KOSMETIK.
- 5) SERANGGA SEPERTI LIPAS, HAMA RUMAH.



KOMPLIKASI ALAHAN HIDUNG:

Jika penyakit ini berterusan, ia boleh mengakibatkan masalah seperti dibawah:

1. Hidung tersumbat akibat pembengkakan pada turbinat inferior.
2. Polip dalam hidung.
3. Kurang pendengaran disebabkan cecair didalam telinga.
4. Mata Bengkak dan bernanah.
5. Sakit tekak disebabkan pharyngitis/ tonsillitis.
6. Suara serak disebabkan laryngitis.
7. Batuk berpanjangan dan Pneumonia.
8. Kemurungan.

RAWATAN:

1. Elakkan daripada penyebab Alahan.
2. Ubat-ubatan untuk mengurangkan symptom alahan seperti anti histamine, decongestant dan semburan hidung.
3. Mengamalkan cara hidup sihat.
4. Immunotherapy.