

SIMPTOMI

Svrbež i peckanje u nosu praćenju curenjem predstavlja vodeći simptom kod **alergijskog rinitisa**.

Kihanje se obično javlja kada je osoba u direktnom kontaktu s izvorom alergena koji nanese vjetar ili struja zraka.



Kašljanje i poteškoće disanja javljaju se kao posljedica **alergijske astme**. Kašalj je obično suh i podražajan.

Suzenje i svrbež očiju izrazito su neugodni. Oči su često „krvave“ i peku.

UBLAŽAVANJE SIMPTOMA BOLESTI

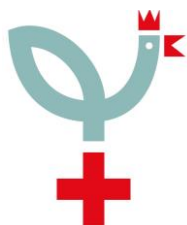
Na žalost, budući da se radi o alergenu koji se širi zrakom, potpuno izbjegavanje alergena nije moguće. Ipak, određenim aktivnostima možemo smanjiti izlaganje alergenoj peludi na najmanju moguću mjeru.

- Pratite peludnu prognozu i ovisno o njoj planirajte svoje aktivnosti.

O trenutnom stanju koncentracije peludi u zraku i o peludnoj prognozi možete se informirati na web stranici Zavoda za javno zdravstvo KKŽ.

Aplikacija Peludna prognoza je besplatno dostupna svim korisnicima pametnih telefona s iOS i Android operativnim sustavima.

- Boravite u zatvorenim i klimatiziranim prostorima što je duže moguće tijekom sezone polinacije biljke. Izbjegavati boravak na otvorenome u jutarnjim i prijedpodnevnim satima te planirati takve aktivnosti za poslijepodne ili predvečer.
- Prozore i vrata stana i kuće držite zatvorenima, posebno u vrijeme kada koncentracija peludi u zraku dostiže najviše razine. Isto vrijedi i za prozore prilikom vožnje u vozilu.
- Nakon povratka kući, skinite odjeću, istuširajte se i obucite čistu odjeću.
- Tijekom sezone cvatnje ambrozije češće mijenjajte posteljinu, a rublje sušite unutar kuće.
- Ne zaboravite na kućne ljubimce! Četkajte ih i perite jer se na njihovoj dlaci također skuplja pelud.
- Redovito uzimajte terapiju koju vam je prepisao liječnik.



ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
KOPRIVNIČKO-KRIŽEVAČKE ŽUPANIJE

Trg Tomislava dr. Bardeka 10/10
48000 Koprivnica
www.zzjz-kkz.hr

Pripremile: Danijela Pinter, dr.med, spec.
epidemiolog i Ivana Brnica, bacc.sanit.ing

ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO
KOPRIVNIČKO-KRIŽEVAČKE ŽUPANIJE



AMBROZIJA

DOBRO JE ZNATI I URADITI

www.zzjz-kkz.hr

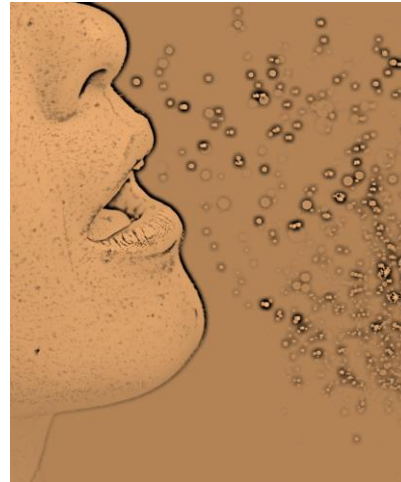
AMBROSIA ARTEMISIIFOLIA

- samonikla je jednogodišnja biljka visine oko 1.5 m, podrijetlom iz Sjeverne Amerike
- u 19. stoljeću je stigla u Europu kao slijepi putnik na brodovima te sada predstavlja glavni korov na napuštenim zemljištima uz obale rijeka i potoka, kraj željezničkih pruga, uz vrtove i livade, među usjevima i na zelenim gradskim površinama
- niče sredinom travnja, a cvjeta od srpnja do prvog snijega ili mraza

Korijen je vretenast i plitko usađen u tlu. Stablo je uspravno, razgranato s dlačicama, a na presjeku četvrtasto ili okruglasto.

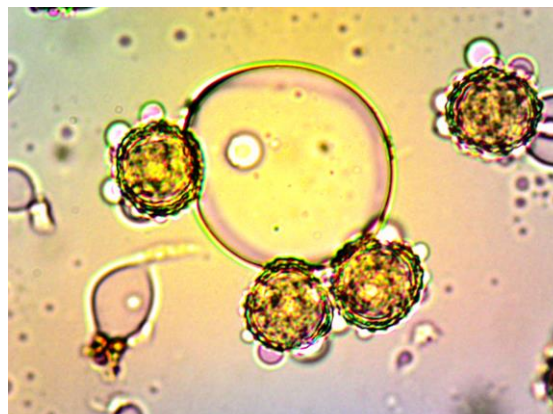


Cvjetovi su skupljeni u duge, žute, grozdaste cvati na vrhu stabla.



VELIKE KONCENTRACIJE PELUDI U ZRAKU

- ambrozija proizvodi oko 60.000 sjemenki otpornih na smrzavanje koje mogu preživjeti do 40 godina
- tijekom cvatnje oslobađa više milijuna zrnaca peludi koje vjetar može odnijeti i do više stotina kilometara daleko



UNIŠTAVANJE AMBROZIJE

Tijekom vegetacijske sezone ambroziju je nužno u više navrata uklanjati i suzbijati sljedećim mjerama:

- agrotehničkim: obrada tla i pravovremena sjetva
- mehaničkim: okopavanje, plijevljenje i redovita košnja
- kemijskim: uporaba učinkovitih herbicida za suzbijanje ambrozije

Glavni način uništavanja ambrozije jest čupanje biljke s korijenom prije nego počne producirati pelud !!!

Čupanjem ambrozije tijekom njene cvatnje pelud se još više raspršuje i povećava se njeno koncentracija u zraku.

