



Het Universitair Medisch Centrum Groningen en *Dagblad van het Noorden* willen met de Medische Publieksacademie medische kennis vertalen naar een breed publiek. Dinsdag is de lezing over hooikoorts.

Door **Arend van Wijngaarden**

# Hooikoortsbehandeling kan veel beter

**B**ijna een op de vier Nederlanders heeft last van hooikoorts; een soort verkoudheid met tranen en jeuk, die ontstaat als allergische reactie op pollen – de stuifmeelkorreltjes van grassen, bomen of planten. Er is van alles tegen te doen, van pilletjes en sprays tot injecties, maar er zijn ook middelen op de markt die niet of nauwelijks werken. "Patiënten krijgen vaak niet de goede behandeling, er is veel te verbeteren", vindt allergoloog Hanneke Oude Elberink

Voor de meeste hooikoortspatiënten zijn de klachten vooral vervelend, maar een deel kan van hooikoorts flink ziek worden. Soms worden niet alleen de neus en ogen aangedaan, maar zijn er ook astmatische klachten. Bovendien kan er door een kruisreactie van de eiwitten in het stuifmeel met eiwitten in de voeding een voedselallergie ontstaan.

Wie bijvoorbeeld allergisch is voor berkenpollen, kan een heftige reactie krijgen bij het eten van appel, wortel, tomaat of diverse andere groentes, fruit of noten. Deze kruisallergie komt meestal alleen voor bij rauwe groente of fruit. Als het gekookt is, zijn de eiwitten dusdanig veranderd dat de allergie niet meer optreedt.

Net als bij andere allergieën lijkt de groei van het aantal patiënten iets te maken te hebben met de westerse leefstijl, al is er nog geen sluitende wetenschappelijke verklaring. Het lijkt een combinatie van het minder buiten leven, minder bewegen, meer antibiotica en roken. Het menselijke afweersysteem raakt soms in de war en reageert zwaar overdreven op stuifmeeldeeltjes in de neus, die op zichzelf helemaal geen kwaad kunnen.

Wie denkt last te hebben van hooikoorts hoeft niet per se naar de dokter. Er is in de drogisterij en supermarkt van alles te koop, want veel hooikoortspilletjes zijn geen officiële geneesmiddelen waarvoor de dokter een recept moet geven. Een deel van de middelen zat altijd in de hoek van de homeopathie en natuurgeneeskunde.

"Vaak gewoon snotwater", meent Oude Elberink. "Het is absurd dat het in de loop der jaren zo gegroeid is", vindt immunoloog Antoon van Oosterhout. "Sommige mensen wantrouwen alle middelen nu en dat is jammer, want er zijn ook veel pillen en sprays die wel degelijk goed werken."

Allergoloog Oude Elberink wijst erop dat patiënten niet altijd de juiste behandeling krijgen. "De praktijk is dat doktersassistenten iets voorschrijven, in plaats van de huisarts zelf, terwijl er betere middelen zijn. Patiënten zelf kunnen hun medicatie ook consequenter gebruiken. Dagelijks, ter voorkoming van klachten, in plaats van pas wanneer ze al klachten hebben. Daarnaast zouden meer mensen immunotherapie kunnen krijgen, na een goede diagnose."

Grofweg zijn er vier soorten behandelingen tegen hooikoorts: cromonen, antihistaminica, steroïden en immunotherapie. De cromonen en antihistaminica zijn verkrijgbaar bij de drogist. Cromonen (Prevalin) leggen als het ware een bescherm laag rond de cellen die reageren op het stuifmeel. Het zijn niet zulke krachtige middelen en ze werken pas geleidelijk. Ze hebben geen bijwerkingen. Cromonen moeten beslist dagelijks worden gebruikt voor het beste resultaat.

Antihistaminica werken sneller. Ze blokkeren de stof histamine, die vrijkomt bij een allergische reactie, als

blaasjes in cellen in de neus geïrriteerd raken door het stuifmeel. Je kan ze bij een aanval gebruiken maar ze werken beter als je ze elke dag inneemt.

Een derde groep middelen is vooral voor als de hooikoorts langer aanhoudt en er een ontsteking ontstaat. Dit zijn steroïden, hormonen, die werken als ontstekingsremmer. Ze worden meestal toegediend in de vorm van een neus- of longspray en je moet ze langere tijd achter elkaar gebruiken. Ze kunnen ook in combinatie met antihistaminica worden geslikt en werken dan nog beter.

Een vierde behandeling is de zogenoemde immunotherapie oftewel desensibilisatie. Hierbij wordt een kleine hoeveelheid pollen toegediend, waarbij de hoeveelheid langzaam wordt opgevoerd. Het lichaam maakt antistoffen aan tegen de pollen en de volgende keer dat je het stuifmeel inademt, ontstaat er geen allergische reactie meer. "Zie het als een herprogrammering van de cellen", legt Van Oosterhout uit.

Immunotherapie is de meest veelbelovende aanpak van hooikoorts, vindt Van Oosterhout, omdat het de oorzaak aanpakt. "Het voordeel is het langdurig werkt zodat je niet elk seizoen opnieuw moet." Van Oosterhout en zijn team zijn bezig met de ontwikkeling van een betere vorm van immunotherapie, met naast de deeltjes stuifmeel ook toevoegingen, zogeheten adjuvantia, die de werking versterken.

Kruisreacties - pollen en voedingsmiddelen				
allergie voor	boompollen	graspollen	huisstofmijt / latex	mogelijke kruisallergie voor
	•	•		aardappel
	•			abrikoos
	•			amandel
	•			ananas
	•			appel
		•		avocado
		•		banaan
		•		dadel
			•	garnaal
			•	graansoorten
	•			hazelnoot
	•			kastanje
	•			kers
	•			kiwi
	•			lychee
	•			meloen
		•		mossel
	•			nectarine
	•			paprika
	•			paranoot
	•			peer
	•			perzik
	•			peterselie
	•			pinda
	•			pruim
	•			selderij
	•			soja
	•			tomaat
			•	vijg
			•	walnoot
			•	weekdieren
			•	wijngaardslak
			•	wortel

© DvhN 030311 | Rob Hesseling | Bron: PCC

## Soorten medicatie bij hooikoorts

**Cromonen**, neusspray (bijvoorbeeld Prevalin), houden het vrijkomen van antistoffen tegen;

**Antihistaminica**, zowel via de arts als bij de drogist verkrijgbaar, blokkeren de effecten van histamine;

**Steroïden**, gaan ontsteking tegen, in de vorm van longpufjes of neusspray;

**Immunotherapie**, oftewel desensibilisatie; in de vorm van injecties of smelttabletten. Druppels werken niet.

## Diagnose

Wie langdurig last heeft van hooikoorts doet er goed aan een echte diagnose te laten doen bij een arts. Meestal krijgt de patiënt dan kleine injecties met een minieme hoeveelheid van diverse pollen. Als een prik leidt tot een zwelling, is de patiënt blijkaar allergisch voor die specifieke stof.

## Collectief

Omdat de wachtlijst in het UMCG maar liefst een jaar is, proberen de allergieartsen meerdere mensen tegelijk te zien tijdens een collectief spreekuur. Er is veel voorlichting over de allergie zelf en de behandelingen. De ervaring leert dat mensen het nuttig vinden om ook ervaringen van andere patiënten te horen.

Prof.dr. Antoon van Oosterhout en dr. Hanneke Oude Elberink houden dinsdag een lezing voor de Medische Publieksacademie over hooikoorts. Er volgen nog lezingen over depressie, eczeem, aangeboren hartafwijkingen, netvlieslijtage en tbc. Alle lezingen zijn uitverkocht.

► **Dr. Hanneke Oude Elberink en prof. dr. Antoon van Oosterhout.** Foto's: DvhN/Corné Sparidaens en Jasper Moulijn

