



Ev tozu Akarları gözle görülemeyecek kadar küçük canlılardır. Çoğunlukla ev içi ortamında bulunurlar. Sıcak ve nemli ortamlarda hızla çoğalırlar. İnsan deri döküntüleri ile beslenirler. Ev tozu akarları Dermatophagoides Pteronyssinus (DP), Dermatophagoides farinea (DF) ve tabii artıkları ile beslenen depo akarlarıdır.

Akarların dışkıları alerjik özellik taşımaktadır. Akarlar, genellikle halı, koltuk, yatak, yorgan ve yastık içerisinde bulunurlar. Kolayca havaya karışan alerjenlerin solunum yolu ile alınması ile burunda kaşıntı, akıntı, tıkanıklık, hapşırık gibi alerjik rinit belirtilerine, gözlerde kaşıntıya, sulanmaya, kızarıklığa neden olabilir. Astımlı hastalarda ise ataklara neden olabilir.

Alerjik hastalıkların kontrolü ilaçlarla birlikte duyarlı olunan **alerjenlerden korunma** ile sağlanabilmektedir. Alerjenlerden

korunma hastalığın kontrolünün sağlanmasında en önemli basamaktır. Alerjenlerden yeterli korunma sağlanmadığında ilaçlar ile istenilen kontrol düzeyi sağlanamayabilir. Kontrolü sağlamak için hekimle iyi bir iletişim kurularak hem tıbbi tedavi hem de korunma önlemlerinin sağlanması açısından uyum içerisinde olunmalıdır.

Tanısal testler (alerji deri testi) ile duyarlılık gelişen, hastalığa neden olan alerjenler

Ev Tozu Akarı Alerjisi





tanımlandığında bunlara karşı korunma önlemlerinin alınması gereklidir. Bu önlemler sayesinde hastalığın kontrolü için ihtiyaç duyulan ilaç miktarı da azalacaktır.

Korunma Yöntemleri

Yaşam koşullarının uygun olduğu her yerde bulunabilen ev tozu akarları ile en iyi mücadele yaşam alanlarını ve koşullarını kısıtlayarak yapılabilir. Yine de tamamen yok edilemese bile alınacak bazı önlemlerle büyük ölçüde korunabiliriz.

Yatak odasında dikkat edilmesi gerekenler



Tüylü ve peluş oyuncaklar ev tozu akarlarının çoğalması için uygun olduğunu unutmayın.

Yatak odasında mümkün olduğunca az eşya bulundurulmalıdır.

Halılar kaldırılmalı, yerine ince kilimler tercih edilmelidir.

Yatak odasından ve evden tüylü ve peluş oyuncakların tamamen uzaklaştırılması gereklidir. Çünkü bunlar bilinen en zengin akar kaynakları arasındadır.

Kitap, biblo ve oyuncak gibi eşyalar kapalı

dolaplarda muhafaza edilmelidir.

Odalarda kalın perde bulundurulmamalıdır.



Çocuğunuzun odasında halı yerine yıkanabilir özelliği olan kilim vs kullanmayı tercih ediniz.



Çocuğun odasında gereğinden fazla eşya bulunmamalıdır. Kapalı dolaplarda bulundurmaya özen gösterin

İnce tül veya stor perde tercih edilmelidir.

Özel kılıflar

Akarlara karşı geliştirilmiş özel kılıflar

etkinliği kanıtlanmış bir yöntemdir. Akar

alerjisi olan bireyler mutlaka kullanmalıdır.

Yün, kuş tüyü ve kaz tüyü malzemeler akar

barındırdıkları için sakıncalıdır.

Aynı uygulama yatak odasındaki boş yataklar için de yapılmalıdır. Kılıflar bu

nesneleri tamamen kaplamalı ve fermuarla

tamamen kapatılmalıdır.



Yatak kılıflarını ütüleyebilirsiniz.



Temizlikte mümkünse yüksek vakum gücüne sahip süpürgeler kullanın. Temizlikğinizi evde çocukların olmadığı dönemde yapın

Temizlik

Yatak çarşafı haftada en az bir kez değiştirilmeli ve 60 °C'nin üzerinde yıkanmalıdır.

Haftada en az bir kez oda hepa filtreli veya yüksek vakumlu elektrik süpürgesi ile süpürülmelidir. Temizlik sırasında alerjisi olan kişi dışarıda olmalıdır.

Akarların ölmesini sağlayan kimyasalların etkinliği kanıtlanmamıştır. Bu nedenle kullanılmaları önerilmez.



Havalandırma

Ev tozu akarı alerjisi olan kişinin odasının

güneş gören ve çok iyi havalandırılan bir oda olması uygundur.

Nem oranı %50'nin altına düştüğünde ev tozu akarları yaşayamazlar. Odaların sık sık

havalandırılması nemin azaltılmasına

yardımcı olur. Klima kullanılması da nemin

kontrolünde uygun bir yaklaşımdır.

Çocukların odasında buhar makinesi

kesinlikle kullanılmamalıdır. Buhar

uygulaması, akar alerjisi olan çocuklarda

sakıncalıdır.



**Klimaların
bakımını düzenli
ve filtrelerinin
temizliğini düzenli
yaptırın**

**Odalar sık sık
havalandırılmalıdır**



Prof. Dr. Can Naci KOCABAŞ

Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı

Çocuk İmmünolojisi ve Alerjisi Uzmanı

www.cankocabas.com