



Quality Accredited  
by JCI, USA



Quality Accredited  
by JCI, USA

## التعامل مع مسببات ومهيجات الحساسية



نشرات تثقيفية للمرضى والعائلات

## Dealing With Triggers/ Precipitants



Patient and Family Educational Brochures



مستشفى زليخة  
لأن صحتك غالية

دبي: ص ب. ٤٨٥٧٧، النهدة، إ.ع.م. هاتف: ٢٦٧٨٨٦٦ ٤  
الشارقة: ص ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٥٦٥٨٨٦٦ ٦  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital  
Your Health Matters

DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.  
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

## Advise avoidance and / or special actions

### TRIGGERS

### SPECIAL ACTIONS

#### Allergens

- Dust mite antigen
  - Remove carpets or upholstery that tend to gather dust
  - Use cotton sheets rather than woolen blankets
  - Sun the room
  - Dust mattresses periodically and expose them to sunlight
  - Encase mattresses and pillows in plastic covers
  - Keep soft toys away from sleeping area and wash weekly with hot water
- Molds and spores
  - Attend to damp walls / leakages
  - Clean airconditioner filters monthly
- Cockroach antigen
  - General hygiene measures to limit cockroach population
  - Insecticide spraying to be done while child is away
- Animal dander (pets)
  - Gentle persuasion to give pet away
  - Pets not be allowed in the sleeping area / bedroom
  - Bathe pet weekly
- Pollen (flowers)
  - Avoid flowering plants indoors
  - Stay indoors during harvesting / flowering seasons

#### Irritants

- Smoke\*(cigarettes, agarbattis-incense sticks, etc.)
  - Make house free from cigarette smoke
  - If usage absolutely unavoidable, limit to an area where the child is not exposed
- Mosquito repellent mats
  - Advise usage of mosquito nets and long clothes, especially in the evening and night
- Chalk, fine dusts, sprays
- Weather and temperature changes, iced drinks, cold baths
- Occupational/Environmental\*\*
  - May have to consider change of residence/work unit

## Precipitants

- Viral infections
  - At the onset of respiratory symptoms commence inhaled / oral short acting beta agonists
  - If a child is on a preventer regime of inhaled steroids, double the dose for 5-7 days
  - If exacerbation is severe or if previous history of severe exacerbation, consider rescue dose of oral steroids
  - If a child is on theophylline, beware altered levels caused by febrile illness

## Drugs

- Aspirin / NSAIDs
  - Total avoidance in only the small subset of children having the triad syndrome-aspirin sensitivity, nasal polyposis / sinusitis and asthma. All cyclo-oxygenase inhibitors are contraindicated. Paracetamol is a safe option
- Propranolol
  - Limited indications in pediatric age group

## Diet

- Food additives (sulphites, benzoates, monosodium glutamate, possibly tartrazine)
  - Some children are sensitive to monosodium glutamate, an ingredient in Chinese food (ingestion causes Chinese restaurant syndrome)
- Dietary substances
  - Make the child aware of his food sensitivity and inform all caregivers
  - List the possible foods containing the implicated substances
  - Warn about possible contamination which may occur when a safe food is booked in the same utensil or stored in proximity to an offending food
  - Warn about situations with high risk e.g. party / restaurant eating
  - Educate regarding management of acute episodes

\* Smoke also includes irritant fumes from kerosene stoves, coal stoves, crackers, fire places, etc.\*\*Cottage industry at home e.g. carpet weaving, bidi / snuff making, flour mill, cow shed / haystack very near home.

## نصائح ومقترحات لتجنب مسببات الحساسية

مسببات الحساسية كيفية المعالجة

### مسببات الحساسية

• الغبار وحشرة العثة:

- إزالة السجاد والأغطية التي تجمع الغبار.
- إستعمال المفارش والبطنيات القطنية بدلاً من الصوف.
- تهوية الغرفة وتعريضها للشمس.
- إزالة وتهوية فراش السرير باستمرار مع تعريضه للشمس
- تغطية الفراش والوسائد بأكياس بلاستيكية رقيقة.
- إبعاد ألعاب الأطفال المحشوة بالقطن عن أماكن النوم
- وغسلها على الأقل مرة أسبوعياً بالماء الساخن.

• الفطريات وتعفننها

- معالجة الشقوق في الجدران / والسيلان في الحائط
- تنظيف فتحات المكيف مع الفلتر شهرياً

• الصراصير وفضلاتها

- المحافظة على النظافة تضمن إبقاء الصراصير بعيداً عن المكان.
- إستعمال المبيدات الحشرية للقضاء على الصراصير ورش أماكن تواجدها بعيداً عن الأطفال.

• فضلات الحيوانات المنزلية الأليفة

- التخلص من الحيوانات الأليفة إن أمكن
- الحرص على عدم إبقائها في أماكن النوم/ أو غرف النوم.
- تنظيفها بالماء والصابون أسبوعياً.

• حبوب اللقاح (الزهور)

- تجنب تربية النباتات داخل المنازل
- تجنب الخروج خارج المنزل في أوقات تلقيح وفتح الزهور

### مهيجات للحساسية

• الدخان: (كالسجائر، ودخان المحروقات، إلخ...)

- حاول عدم التدخين داخل المنزل.
- وإذا قمت بالتدخين داخل المنزل إحرص على إبعاد الأطفال عن مكان تواجد الدخان.

• لدغات الحشرات والباعوض:

- تجنب لدغات الحشرات وذلك بلبس الملابس الطويلة خاصة في الليل وإستعمال الشبك الواقي للحشرات على الشباك.

• الطباشير والغبار الدقيق

- تقلبات الجو ودرجات الحرارة، والمشروبات المثلجة والحمام البارد
- محيط العمل والعامل الوظيفي
- يجب الإنتباه للجو العامل المحيط بالعمل، فإن كان السبب عندها يجب محاولة تغييره إن أمكن.

## مثبتات الحساسية

• الإلتهابات الفيروسية

- قد تسبب بعض الفيروسات الحساسية أو تزيدها وفي هذه الحالة قد تستدعي الحاجة إلى أدوية الكورتيزون والتبخير (الإستنشاق)
- وأحياناً قد تضطر إلى زيادة جرعة أدوية الكورتيزون للطفل إلى 5-7 مرات في اليوم.
- وإذا زادت حالة الطفل سوءاً، يجب الحذر في الجرعة المعطاة له.
- كما يجب الحذر من المضاعفات السلبية التي قد يتعرض لها الطفل جراء إستعمال بعض الأدوية.

### العقاقير الطبية والأدوية:

- الأسبرين / مضادات الإلتهاب غير الكورتيزون أو البروبانولول
- في حالة وجود الحساسية للأدوية يجب الإمتناع عن تعاطي هذه الأدوية خاصة للأطفال، الذين يعانون من حساسية للأسبرين، أو حساسية في المجرى التنفسي، أو الربو. ويمكن اللجوء إلى أجهزة التبخير أو الباراسيتامول

• البروبرانولول:

- هناك ضوابط لإستعماله للأطفال.

### الطعام:

- ملحقات الطعام (كالبنزوات، وجلوتومات أحادي الصوديوم، وأملاح حامض الطرطار)
- بعض الأطفال لديهم حساسية تجاه جلوتومات الصوديوم والتي يمكن أن تضاف في الأطعمة الصينية.

• بعض المواد الداخلة في تكوين الطعام

- يجب لفت أنظار الأطفال لمسببات الحساسية ليتجنبوها.
- قم بتدوين المواد التي تسبب الحساسية وتدخّل في تكوين الطعام.
- يجب الإنتباه إلى بعض الأطعمة التي يتم حفظها والطريقة التي يتم بها تخزينها حتى لا تفسد وتسبب التسمم.
- يجب الإنتباه إلى الظروف التي تمثل خطراً على الطعام كأماكن الحفلات، والمطاعم.
- إتباع الطريقة الآمنة في تناول الطعام الصحي.

- يشتمل الدخان كذلك على مهيجات الحساسية كالأبخرة، والفحم، والكسارات والمناجم، وأماكن الحريق، إلى غير ذلك. وأعمال الحياكة المنزلية والصوف، كحياكة الملابس، والسجاد، وصناعة الدخون والعطور، وطحن الدقيق، وجز الصوف وغيرها من الأعمال المنزلية الأخرى.