



KAISER PERMANENTE®

Alergias en general

(Allergy Overview)

Una alergia es la reacción del cuerpo ante una sustancia ajena al mismo. Las defensas del cuerpo forman anticuerpos para "combatir" al invasor venido de afuera, aunque en realidad no haya una necesidad real de hacerlo. De manera que, todo lo que los anticuerpos hacen es causar reacciones alérgicas en el cuerpo. Las reacciones alérgicas pueden incluir fiebre del heno con sus síntomas de escozor y lagrimeo en los ojos, nariz tapada y mucosa, síntomas como de gripe con fiebre baja, dolor de cabeza y dolor en el cuerpo, silbido en el pecho o dificultad al respirar, salpullido en la piel, tal como eczema o ronchas. La mayoría de las reacciones alérgicas suceden de inmediato, pero algunas aparecen horas después e incluso un día más tarde.

Las reacciones alérgicas son causadas por sustancias llamadas "alergenos". Los alergenos más comunes son partículas en el aire, tales como polen, el polvo casero, moho o y la caspa de los animales. Muchas comidas pueden actuar también como alergenos, incluyendo la leche, huevos, frutas, nueces y mariscos. La tendencia de tener reacciones alérgicas parece ser de origen hereditario.

Unas pocas personas tienen alergias repentinas y severas a las picaduras de insectos o a ciertas comidas y drogas, especialmente a la penicilina. En estas personas, la reacción alérgica puede causar dificultad para respirar y una baja de la presión arterial, llamada choque anafiláctico.

Lo mejor que puede hacer, es evitar aquellas cosas que causan las reacciones alérgicas. Por ejemplo, si le salen ronchas cada vez que come fresas, no las coma. Si se despierta todas las mañanas con la nariz tapada, piense en reemplazar su almohada de plumas por una de Dacron, e incluso, tal vez forrar la almohada y el colchón en plástico. Si los síntomas le ocurren en la misma época todos los años, especialmente durante la primavera, al principio del verano o del otoño, se deben probablemente al polen del césped, de las hierbas o de los árboles. Durante estas épocas, mantenga cerradas las ventanas de su carro y de su casa y limite el tiempo que pasa al aire libre.

¿Qué puede hacer si no puede evitar los alérgenos? El tratamiento principal es con antihistamínicos tales como clorfeniramina. Si sufre de congestión nasal, los descongestionantes, tal como el Sudafed pueden ser útiles. Estos medicamentos están disponibles sin receta médica.

Si tiene, sin embargo, síntomas de una reacción alérgica severa, especialmente poco tiempo después de haber tomado una droga, haber comido o haber sido picado por un insecto, vaya a la Sala de Emergencia inmediatamente. Si sus síntomas son menos serios pero no le pasan con medicinas que se puedan obtener sin receta médica, debe llamar a su proveedor de salud. Este le puede recetar una medicina más fuerte o explorar otras alternativas.

En algunos casos, puede ser recomendable que lo refieran al Departamento de Alergias. Si lo refieren, recibirá un cuestionario detallado y posiblemente pruebas de la piel para ayudar a determinar qué causa sus reacciones alérgicas. Esto puede incluir una serie de inyecciones para desensibilizar su cuerpo al alérgeno. Ya sea que el tratamiento consista en antihistamínicos que se pueden obtener sin receta, una receta médica o inyecciones, el mismo funciona mejor si se combina evitando las cosas que pueden causar la reacción alérgica.



Para mayor información confiable sobre temas de salud:

- Entre al sitio de internet exclusivo para miembros en www.kaiserpermanente.org/california, y cliquée el botón que dice "Kaiser Permanente Members Only"
- Visite el Centro de Educación para la Salud en su establecimiento local de Kaiser Permanente.
- Consulte su copia de "La Salud en Casa: Guía Práctica de Healthwise y Kaiser Permanente."
- Escuche los mensajes del Teléfono de la Salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.

Para conseguir una copia gratis del "La Salud en Casa" o del "Directorio del Teléfono de la salud," llame al 1-800-464-4000.

Esta información no se presenta con la intención de diagnosticar problemas de salud o en lugar del cuidado médico profesional. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene más preguntas, por favor, consulte con su doctor o con su proveedor de salud.
--

© 1998, The Permanente Medical Group, Inc.

REGIONAL HEALTH EDUCATION

2506s