**Nawet o 21 proc. więcej rozpoznań alergii w pierwszych dwóch miesiącach tego roku. Nowe dane od Jutro Medical**

**Nadchodzi wiosna, a wraz z nią już w styczniu i lutym rozpoczął się wzmożony okres pylenia i ciężki czas dla alergików. Do najczęstszych objawów alergii należą nieżyt i zapalenie błony śluzowej nosa – według danych sieci przychodni Jutro Medical dotykają one 26 proc. pacjentów z rozpoznaniem alergii. W ubiegłym roku liczba rozpoznań alergii w kwietniu wzrosła o aż o 72 proc., a w marcu ubiegłego roku – o 118 proc. Na nasilenie reakcji alergicznych mogą wpływać również zanieczyszczenia powietrza, a także zwiększony stres. Objawami alergii mogą być nie tylko problemy z drogami oddechowymi czy zmiany skórne, ale też problemy z koncentracją, zmęczenie, a nawet zaburzenia nastroju.**

Okres pylenia roślin, powodujący nasilenie objawów licznych alergii, rozpoczyna się już w styczniu, jednak największe stężenie alergenów w powietrzu występuje wiosną, kiedy rośliny zaczynają kwitnąć. W kwietniu ubiegłego roku liczba rozpoznań schorzeń alergicznych u pacjentów wzrosła o **72 proc.**, jak wynika z analizy danych ogólnopolskiej sieci przychodni podstawowej opieki zdrowotnej **Jutro Medical**, obsługującej już blisko 70 tys. pacjentów. Rok wcześniej, w marcu 2023 r. ten wzrost wyniósł aż **118 proc.** W tym roku okres alergiczny jeszcze w pełni się nie rozpoczął – w styczniu i lutym liczba rozpoznań wzrosła **o 21 proc.** w porównaniu do tego samego okresu ubiegłego roku. Co ciekawe od początku 2023 r. do marca 2025 r. **kobiety i dziewczynki** stanowiły **62 proc.** osób zgłaszających się do przychodni ze schorzeniami alergicznymi.

*Choć najczęściej kojarzymy alergie z sezonami pylenia, warto wiedzieć, że u wielu osób objawy utrzymują się przez cały rok. W dodatku,* ***w związku ze zmianami klimatycznymi, okres pylenia wydłuża się, a stężenie pyłków w powietrzu rośnie****. Na występowanie alergii wpływa też m.in. zanieczyszczenie powietrza. Badania wykazują, że, szczególnie w dużych aglomeracjach, zanieczyszczenia mogą nie tylko same wywoływać podrażnienia, ale także modyfikować właściwości pyłków roślin. To z kolei może powodować silniejsze reakcje alergiczne u osób uczulonych* – mówi **Konrad Michalski, lekarz, specjalista medycyny rodzinnej, dyrektor medyczny Jutro Medical**. – *Przewlekły stan zapalny związany z alergią może mieć wpływ nie tylko na skórę czy drogi oddechowe, ale również na funkcjonowanie mózgu. Niektórzy pacjenci zgłaszają problemy z koncentracją, zmęczenie, a nawet zaburzenia nastroju, co sugeruje, że* ***długotrwałe reakcje alergiczne mogą wpływać na zdrowie psychiczne****. Dlatego tak ważne jest dla nas holistyczne podejście do pacjenta i pamiętanie o tym, że* ***stan fizyczny nierozerwalnie wiąże się z psychiką i emocjami****.*

**Przewlekły stres może prowadzić do nasilenia reakcji alergicznych**

Zdecydowanie najczęstszymi objawami alergicznymi są **nieżyt i zapalenie błony śluzowej nosa**. W ciągu ostatnich dwóch lat odnotowano je u **26 proc. pacjentów** ze schorzeniami alergicznymi, przy czym u **3 proc.** zapalenie błony śluzowej nosa było spowodowane pyłkami kwiatowymi. W przypadku 2,5 proc. pacjentów stwierdzono **astmę oskrzelową**, wynikającą w głównej mierze z przyczyn alergicznych.

Drugim najczęściej występującym objawem były **reakcje skórne**, jak pokrzywka czy stan zapalny, odnotowane u **3 proc.** tych pacjentów. U **4 proc.** pacjentów zgłaszających się z objawami alergii konieczne było zastosowanie leków, a **blisko 20 proc.** skierowano na badania krwi w celu dalszej diagnostyki.

*Współczesna medycyna coraz częściej korzysta z technik molekularnych, które pozwalają na identyfikację struktury alergenów na poziomie białkowym. Dzięki temu możliwe jest opracowywanie precyzyjnych terapii, które mogą skuteczniej łagodzić objawy alergii i minimalizować potrzebę stosowania leków przeciwhistaminowych. Warto jednak pamiętać również o profilaktyce* – mówi **Konrad Michalski, lekarz, specjalista medycyny rodzinnej, dyrektor medyczny Jutro Medical**. – ***Przewlekły stres wpływa na gospodarkę hormonalną i może osłabiać mechanizmy obronne organizmu, co z kolei może prowadzić do nasilenia reakcji alergicznych.*** *By zdiagnozować alergię, nie trzeba udawać się do alergologa, do którego* [czas oczekiwania](https://swiatprzychodni.pl/specjalnosci/alergolog/) *w placówkach NFZ może wynosić średnio* ***od kilkudziesięciu do nawet kilkuset dni*** *(w zależności od województwa). Skierowanie na odpowiednie badania oraz diagnozę można otrzymać* ***w trakcie wizyty u lekarza rodzinnego*** *(podstawowej opieki zdrowotnej), który posiada szerokie kompetencje i dlatego może skutecznie zaopiekować się pacjentem.*

Dane w tekście opisano na podstawie bazy danych 7,4 tys. pacjentów Jutro Medical, u których w latach 2023-2025 rozpoznano schorzenia alergiczne.