

	T.C. NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HASTANESİ	DOKÜMAN KODU	HB.TL.10
		YAYIN TARİHİ	06.08.2013
		REVİZYON NO	00
	ÇOCUK İMMÜNOLOJİ – ALLERJİ BİLİM DALI ALLERJİK HASTALARIN UYMASI GEREKEN KURALLAR TALİMATI	REVİZYON TARİHİ	--
		SAYFA NO	1

Allerjik hastaların gelişmesinde ev tozu içerisinde bulunan akarlar, nemli, rutubetli ortamlarda çoğalan küf ve mantarlar, polenler, hayvanlar, besinlerin içerisinde bulunan katkı maddeleri ve sigara dumanı önemli rol oynar. Bu nedenle tedavide ilk adım hastanın yaşadığı ortamın bu faktörlerden mümkün olduğunca arındırılarak yeniden düzenlenmesidir. Bunun için dikkat edilecek kurallar şunlardır:

YATAK ODAKINDA ALINACAK ÖNLEMLER

- Yatak odasında mümkün olduğunca az eşya bulunmalı, tüylü oyuncaklar, döşemesi olan mobilyalar ve kitaplar toz tutacaklarından oda da bulundurulmamalıdır.
- Sentetik (elyaf) yatak – yorgan – yastık kullanılmalı, nevresim takımları her hafta değiştirilip en az 55 °C sıcak suda yıkanarak ütülenmelidir.
- Kapsız battaniye kullanılmamalıdır.
- Haftada 3 – 4 kez ıslak bezle toz alınmalı, mümkünse her gün oda elektrik süpürgesi ile süpürülmelidir.
- Yatak odasında zemini duvardan duvara halı olmamalı, yıkanabilir bir kilim tercih edilmeli düzenli aralıklarla yıkanmalıdır.
- Oyuncaklar, tahta, plastik veya nonallerjik olanlardan seçilmeli, düzenli aralıklarla yıkanmalıdır.

EV İÇERİSİNDE ALINACAK ÖNLEMLER

- Sigarada içilmemelidir. (Balkonda veya dışarıda içilebilir.)
- Hayvan (kedi, köpek, kuş ve benzeri tüylü hayvanlar) beslenmemelidir.
- Evde çiçek bulundurulmamalıdır.
- Halılar mümkün olduğunca kaldırılmalı, duvardan duvara kesinlikle olmamalı, küçük parça halılar tercih edilmelidir.
- Ev içi sıcaklığı 22 °C ve altında, relatif humidite yani nem oranı % 50 ‘nin altında tutulmalıdır.
- Oda kokuları, deodorantlar, naftalin gibi güçlü koku veren maddeler kullanılmamalıdır. Çamaşır suyu ve boya kokusu olan yerlerden hasta uzak tutulmalıdır.
- Çekmece, dolap sandık gibi uzun sür kapalı kalan yerler 2- 3 ayda bir temizlenmelidir.
- Genel temizlik esnasında hasta mümkünse ev dışında olmalıdır.
- Boyalı, katkı maddeli gıdalardan mümkün olduğuna uzak durulmalıdır.
- Hasta çocuklara doktor önerisi dışında buhar tedavisi yapılmamalıdır. Buhar makinesi, ortamın nemini artırıp, küflerin ve akarların üremesini arttırabilir.
- Allerjik hastaların tedavisinde iyi sonuç almak için sabır, titizlik, uzun süreli dikkatli bir izlem ve iyi bir hasta – hekim ilişkisi gerektiği unutulmamalıdır.