

KONGUTA KOOL
MARTA KÜLAOTS
4. KLASS

ALLERGIA AVALDUMINE KONGUTA KOOLI ÕPILASTEL JA ÕPETAJATEL

JUHENDAJA ASTRID KÜLAOTS

SISSEJUHATUS

Mu töö teema on allergia avaldumine Konguta Kooli õpilastel ja õpetajatel. Valisin selle teema, sest allergia avaldumine tänapäeva ühiskonnas üha sagedaneb. Kuna olen ise allergik, siis soovisin uurida, kas meie kooli õpilaste ja õpetajate seas leidub teisi gi allergikuid. Soovisin teada, kas allergia segab õpilaste ja õpetajate igapäevaelu ning kuidas muuta elu allergiaga talutavamaks. Samuti tahtsin rohkem allergia kohta teadmisi saada.

1. ALLERGIA MÕISTE NING SÜMPTOMID

Allergia ehk ülitundlikkus on organismi ebatavaline reaktsioon ühele või mitmele ainele, mis on ohutud teistele inimestele. Allergiliste haiguste esinemissagedus on viimasel aastakümnel oluliselt tõusnud. Seda seostatakse mitmete teguritega, näiteks keskkonna saastatuse suurenemisega. Läbi viidud uuringud näitavad, et Eestis on peaaegu iga 3. laps ja 5. täiskasvanu allergiline. (Eesti Allergialiidu infovolik „Mida peaks teadma allergiast“ 16.03.2012)

Ainet, mis põhjustab allergilist reaktsiooni, nimetatakse allergeeniks. Uurijad on kindlaks teinud enam kui 20 000 erineva päritoluga allergeeni. Põhilised allergeenide rühmad on järgmised:

- ümbritsevas keskkonnas leiduvad allergeenid (tolm, õietolm, hallitusseened);
- toiduallergeenid (piim, munad, kala);

- ravi nid (penitsilliin);
- keemilised ained (pesupulbrid, kosmeetika).

Organismi kokkupuutel allergeeniga teki vad mitmesugused haigusnahud, millest tutipilisemad on sage aevastamine, vesine nohu, silmade sugelemine, turse ninas, koditus korvus ja ninas, kui voi koha, ohupuudushood, nahalobed ja kublad.

Esmakordsel allergeeniga kokkupuutel teki b tavaliselt tagasi hoidlik reaktsioon. Teist korda kokkupuutumisel teki b aga age reaktsioon, mis voi b avalduda mitmesuguste erinevate haigusnahtudena. Oenevalt allergeenist voi b see kolme eluaasta jooksul taielikult ule minna. Voi b juhtuda ka nii, et toiduallergia taandub aastateks ja alles kunagi hiljem loob astana valja (Kaleviste, Lea 2002. Allergiat on uha rohkem – Hukiri: <http://arhiiv.elukiri.ee/index.php?main=329&ess=>, 16.03.2012)

1.1. ALLERGIA DIAGNOOSIMINE JA RAVI

Allergiat on esialgu usna raske diagnoosida. Esmalt tuleb kindlaks teha, kas sumptomid on seotud allergiaga, seejarel puutakse kindlaks naarata allergiat pohjustanud allergeen. Allergeeni tuleb sageli kaua otsida. Astid tuvastavad allergeene nahatestide ja vereproovidega.

Parast allergeeni kindlaks naaramist on oluline valti da voi vahendada kontakte selle ainega. Seda on lihtsam oelda kui teha. Sellest hoolimata on voi nalik kasutusele votta abioud allergilise reaktsiooni tekke valti miseks voi leevendamiseks. Tanapaeva allergiaravi mitega on voi nalik allergiat ravida ja ennetada tunduvalt efektiivsemalt kui aastaid tagasi. Oemasolevat allergiat paris valja ravida ei saa, kuid seda saab hoida kontrolli all. (Eesti Allergialiidu infovolik „Mida peaks teadma allergiast“)

1.2. EESTI ALLERGIALIIT

1992. aastal loodi Eesti Allergialiit. Organisationsuhendab allergiahaigeid, nende hooldajad ja teisi allergiahuvilisi. Eesti Allergialiidu tegevuse eesnark on levitada informatsiooni allergiast ning kaitsta allergiliste inimeste huve. Allergialiidu seltsid tootavad suuremates linnades. Allergialiit teeb koostood mitme organisatsiooni ning firmaga, et aidata inimestel paremini allergiaga toime tulla (Eesti Allergialiidu arengukava aastateks 2012-2016, <http://www.allergialiit.ee/?ml=2&m2=6>, 16.03.2012)

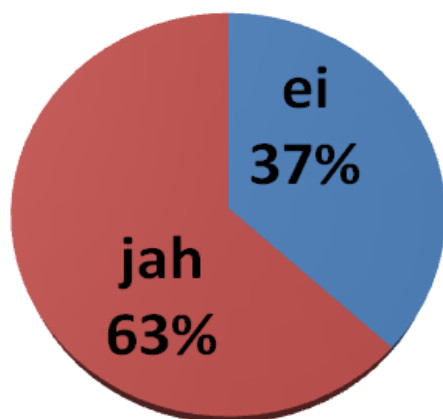
2. KUSITLUS ALLERGIA AVALDUMISE KOHTA KONGUTA KOOLI oPILASTE HULGAS

Kusitlesin Konguta Kooli 1.–6. klassi opilasi. Esmalt jagasin kusituslehed koiki dele mee

kooli õpilastele ehk 60-le lapsele. Tagasi sain ainult 32 lehte. Osustasin teha kordusküsitluse ning esialgseid tulemusi mitte arvestada. Jagasin laiali 58 küsitluslehte. Neist tagasi sain 56. Küsitlusleht koosnes valikvastustega küsimustest, mille põhjal tegin kokkuvõtte ning analüüsisin saadud vastused.

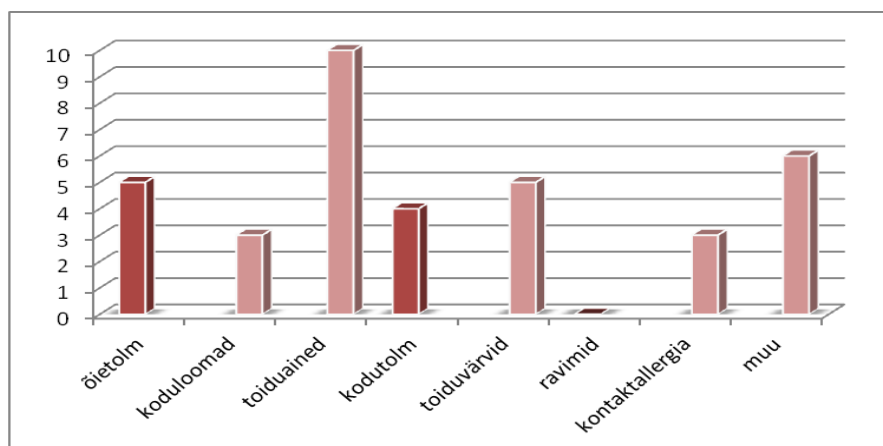
2.1. KAS OLED MILLEGI SUHTES ALLERGIILINE? (Joonis 1)

56 vastanuseas oli allergilisi lapsi 27 ja mitteallergilisi 29.



Joonis 1

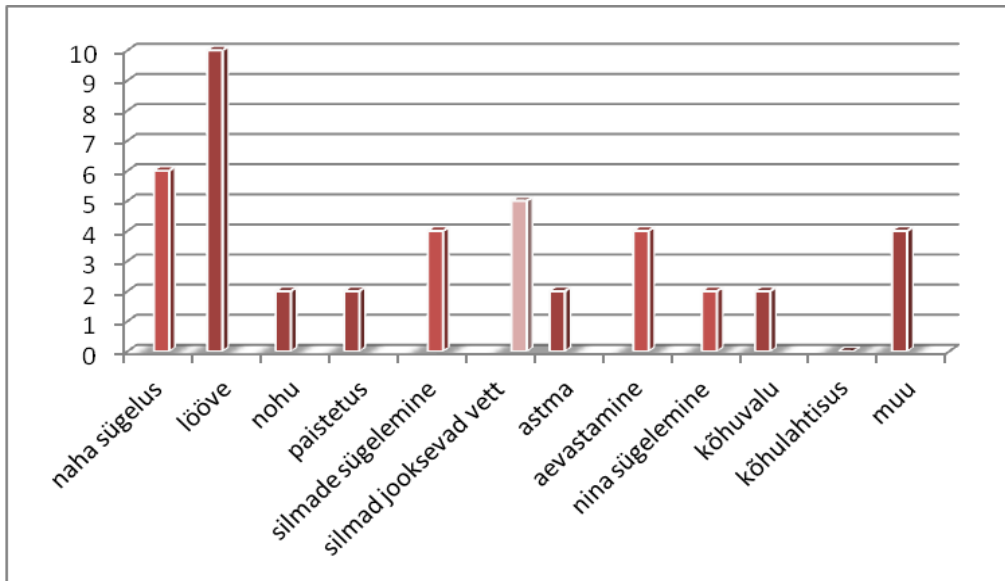
2.2. MILLE VASTU ON ALLERGI A? (Joonis 2)



Joonis 2

Kõige sagedamini esineb õpilastel toiduallergia. Allergia tekivad sagedamini apelsinid, mandariinid, šokolaad, kakao. Sageli tekivad allergiat ka toiduvärvid ja õietolm. Muudeks allergia tekitajateks nimetati nesisilase või herilase nõelamist, tuult.

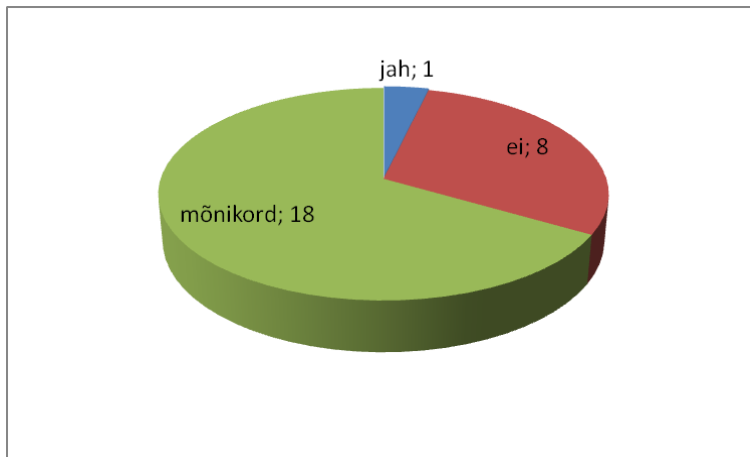
2.3. KUI DAS ALLERGIA AVALDUB? (Joonis 3)



Joonis 3

Kõige sagedamini esineb allergia lööbena (sügelevad punnid, villid). Vaadeldes kahte eelnevat küsimust, saab luua seose – kõige sagedamini esineb toitallergiat ning sellega kaasneb lööve nahal. Teisel kohal on õietolmuallergia ning sellega kaasnevad nohu, aevastamine ning nina ja silmade sügelus. Muude sümptomitena nimetati oksendamist ja peavalu.

2.4. KAS ALLERGIA SEGAB IGAPEVA KOOLI ELU? (Joonis 4)



Joonis 4

Täpsustused, kuidas allergia segab koolielu, on järgmised: ebaõnne, ebameeldiv enesetunne, urbadega puuoksad klassis, tolmuolustad klassis, ei tohi ujuda kloooriges vees.

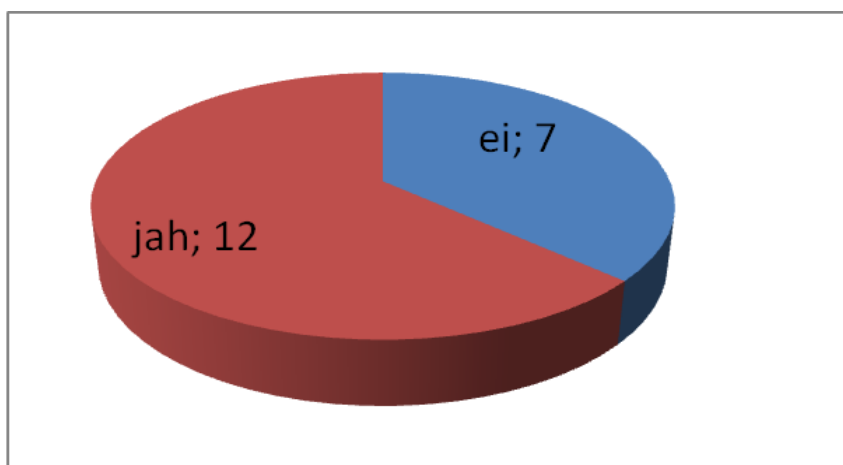
2.5. MIDA SAAKS KOOLIS ETTE VÕTTA, ET ALLERGIA VÄHENDADA?

Õpilased väga palju ettepanekuid teha ei osanud. Mõned ettepanekud pakutute hulgas: tuleb korralikult koristada, mitte tuua klassi urbadega oksi, mitte pakkuda värvilisi kumme ja jooke toiduks ega toidulisandiks ja vahepalaks.

3. KÜSITLUS ALLERGI A AVALDUM SE KOHTA KONGUTA KOOLI ÕPETAJATE JA TÖÖTAJATE HULGAS

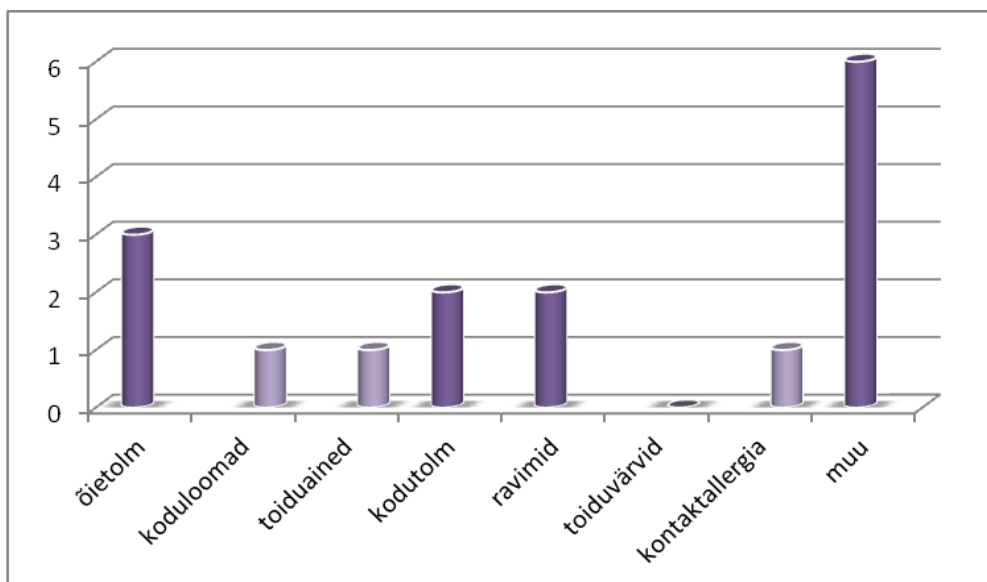
Küsitlesin meie kooli ja lasteaiaga õpetajaid ja teisi töötajaid. Jagasin laiali 20 küsitluslehte. Neist sain tagasi 19. Küsitlusleht koosnes valikvastustega küsimustest, mille põhjal tein kokkuvõtte.

3.1. KAS OLED MILEGI SUHTES ALLERGI LINE? (JOO NIS 5)



Joonis 5

3.2. MILELE VASTU OLED ALLERGI LINE? (JOO NIS 6)

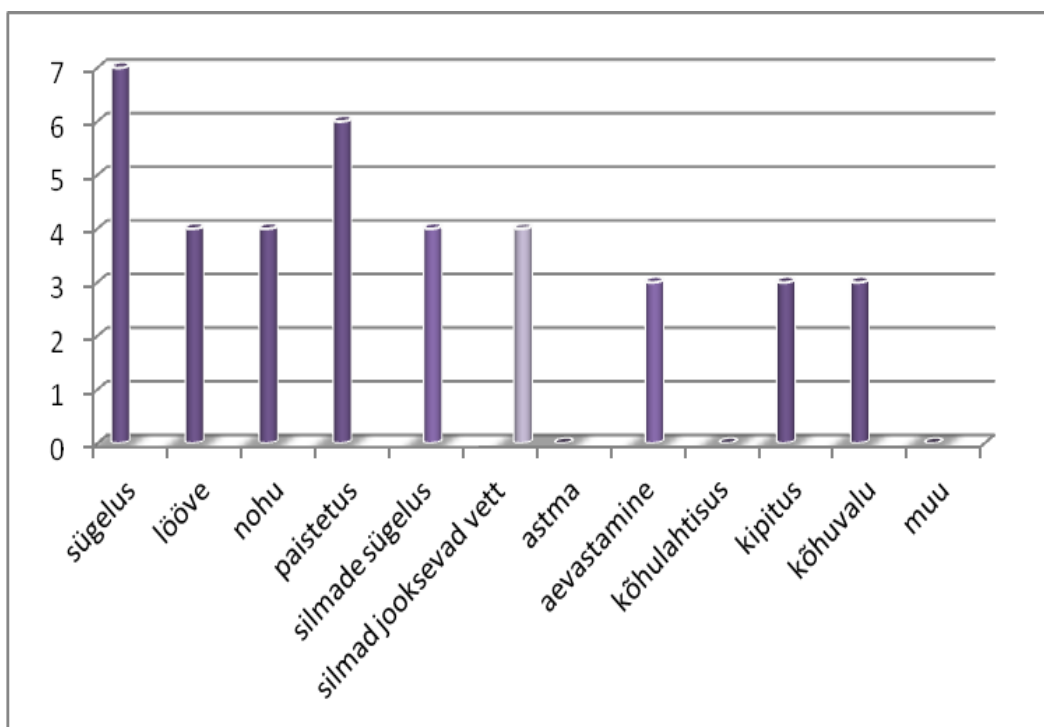


Joonis 6

Kõige sagedamini esineb õietolmuallergiat ning küsitluslehel mitte nimetatud allergia põhjust. Muudest allergiatest nimetati kosmeetikat, tuult, päikest, herilase nõelamist. Kontaktallergiat

tekitavad nikkel, nõges, kloor. Ravi mitest ni metati iin-lõpuga ravi neid ja mono mitsiini. Toi duai net est tekitab allergiat pi par.

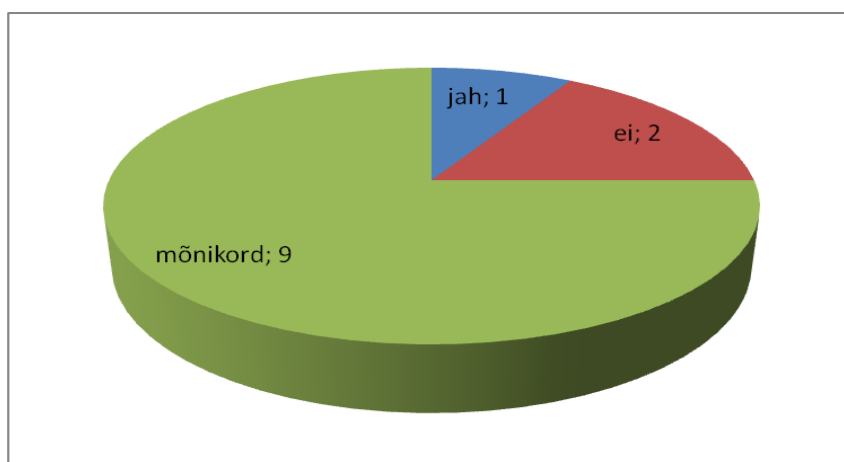
3.3. KUDAS ALLERGIA AVALDUB? (Joonis 7)



Joonis 7

Kõige sagedamini esineb allergia sügelusena. Vaadeldes kahte eelnevat küsimust, saab luua seose: kõige sagedamini esineb mitid allergiad koos sügelusega. Teisel kohal on õietolmuallergia ning sellega kaasnev sümptom on paistetis.

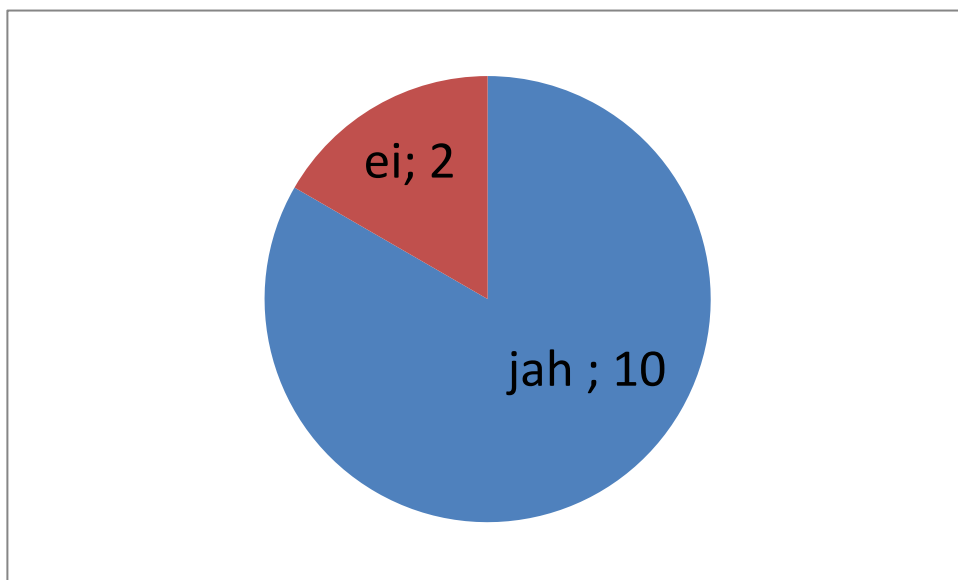
3.4. KAS ALLERGIA SEGAB SIINDI GAPÄEVAELUS? (Joonis 8)



Joonis 8

Põhjuste, kuidas allergia segab igapäevaelu punnidega pole kena olla, halb enesetunne, nahk sügeleb, peab rohtu võtma, hommi kul silmad punetavad, pean käekellakätt vahetama või tuleb osta uus rihtmüügi sügelamine tüütav, kätega haaramise raskus.

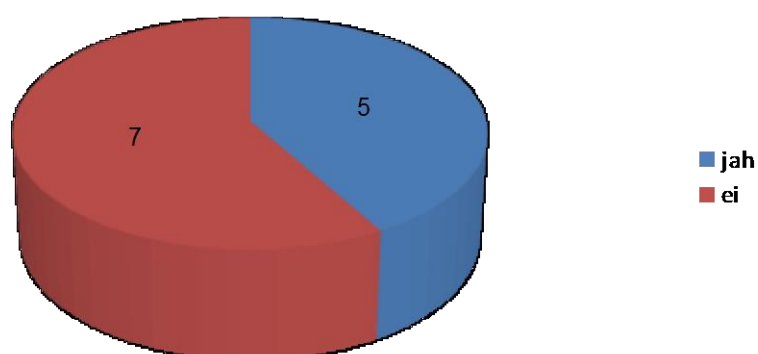
3.5. KAS OLED ALLERGIAT RAVINUD? (Joonis 9)



Joonis 9

Õpetajad ravivad allergiat kroomidega, viinakompressidega, looduslike vahenditega, ravimitega ja allergeenide vältimisega.

3.6. KAS OLI D LAPSENA ALLERGIK? (Joonis 10)



Joonis 10

Allergiad lapsena: naasikad, õietõlm, toiduained, nesisilased, ei osatud diagnoosida, koduleemina.

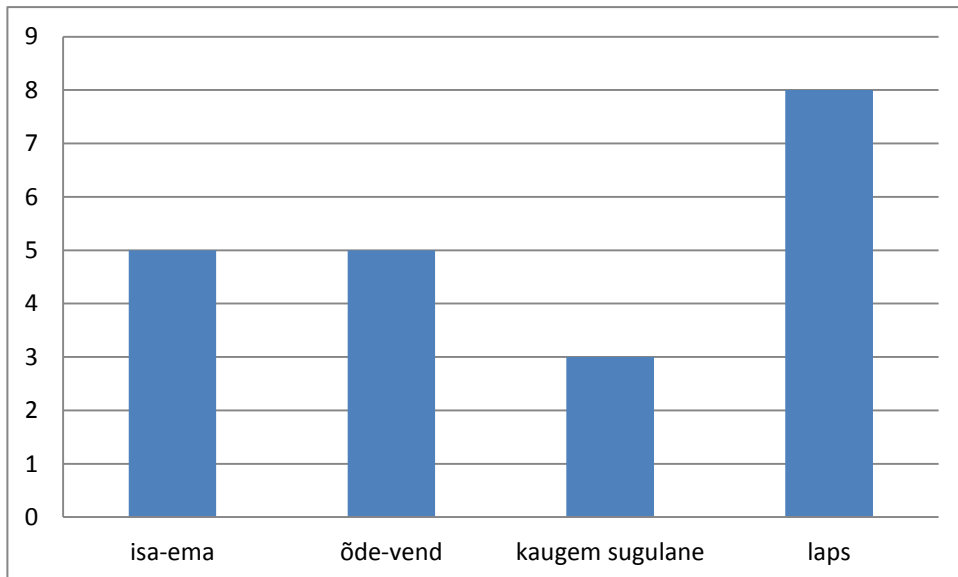
3.7. ALLERGIA MUUTUMINE VANUSE KASVADES

Suurem osa õpetajaid vastas, et allergia on vanuse kasvades muutunud. Näideteks toodi, et vanemana on vähem allergiat, allergia tekkis täiskasvanueas, puberteedieas kadus ja tuli 40aastaselt tagasi, vanemana õrnemahk, vanemana tekkis suurem allergia, löövet pole, üks allergia kadunud, tekkis 30aastaselt.

3.8. MILLAL ALLERGIA KADUS?

Täiskasvanute vastustest lugesi, et allergia kadus ligikaudu 15aastaselt, enne murdeiga, 12–14aastaselt, umbes 16aastaselt. Kokkuvõttes võib öelda, et murdeeas on allergia väljendumisel olnud muutused.

3.9. KAS LÄHI SUGULASTEL ON ALLERGIID? (Joonis 11)



Joonis 11

3.10. MIKS TEKIB ALLERGIA?

Uurisiti täiskasvanute teadlikkust ja arvamust, miks nende arvates allergia tekib. Arvati, et kindlasti mõjutavad allergia ilmnemist geenid, keemiliste ainete rohkus, organismi reageerib ühe aine suhtes üle, organism vajab meditsiinilist abi, organism ei talu teatud aineid, vitamiini puudus, keskkond on saastunud, tundlik nahk.

Veel lisati, et kodukeemia on suures osas allergia peasüüdlaseks ning lapsed ei tohi kaua tuule käes olla, sest nahk on tundlik.

KOKKUVÕTE

Kokkuvõttes võin öelda, et peaaegu poolel meie kooli õpilastel on allergia ning õpetajatest rohkem kui pooled on millegi vastu allergilised. Sagedamini esines nahalöövet ja nohu, õpetajate seas õietolmuallergiat ning sügelust.

27-st allergikust õpilase seast 18 väitis, et allergia segab mõnikord nende igapäevast koolielu. Õpetajatest segas allergia igapäevaelus ainult ühte õpetajat.

Sain teada, et allergiat on väga keeruline diagnoosida ja tihti peale lapsed ei seostagi oma tervisehädaid allergiaga. Mina sain tööd tehes ise rohkem allergiast teada.

KASUTATUD KIRJANDUS

- Eesti Allergialiidu infovolik, „Mida peaks teadma allergiast“
- Kaleviste, Lea 2002. Allergiat on üha rohkem – Hukiri: <http://arhiiv.elukiri.ee/index.php?main=329&sess=>
- Eesti Allergialiidu arengukava aastateks 2012-2016, <http://www.allergialiit.ee/?ml=2&m2=6>