

# Alergie na zvířata

## Jak se vyhnout kontaktu se zvířecími alergeny

### ••• Nalezení nového domova pro zvíře

Pro zdraví alergika je nejlepším řešením dát zvíře, na které je alergický, pryč z domácnosti. Je možné ho věnovat příbuzným nebo známým, aby ho mohli ostatní členové rodiny navštěvovat a citová újma byla co nejmenší. Celý byt je pak nutné dokonale uklidit, abyste se zbavili usazených alergenů.

### ••• Snižování množství alergenů na zvířeti

Pokud není možné zbavit se zvířete, je vhodné jeho srst nebo peří pravidelně ošetřovat speciálním přípravkem na odstraňování alergenů. Totéž platí i pro jeho pelíšek.

### ••• Čištění vzduchu

Zvířecí alergeny jsou lehké a dlouho se drží ve vzduchu. Z něj je velmi snadno a rychle odstraníte pomocí čističky vzdu-

chu. Vhodným doplňkem čističky vzduchu je sprej proti vzdušným alergenům (např. Air Cleanse).

### ••• Pečlivý úklid

Částečky alergenů se usazují spolu s prachem. Abyste zabránili jejich dalšímu vznesení do ovzduší, odstraňujte je pravidelným úklidem. Koberce a čalouněný nábytek několikrát do měsíce vysávejte. Ostatní textilie perte na vysokou teplotu. Účinnost úklidu je možné zvýšit použitím odstraňovačů alergenů. Podlahy, nábytek a další plochy otírejte vlhkým hadrem, choulostivé předměty případně kvalitní prachovkou zabraňující víření prachu. Pokud se sám alergik zapojuje do úklidu, měl by si nasadit filtrační masku

### ••• Další vhodná opatření

→ **Omezení lapačů prachu:** Domácí prach je plný zvířecích alergenů. Snažte se proto mít v bytě co nejméně věcí, na

kterých by se mohl usazovat. Odstraňte textilní předměty, které se nedají často prát ani čistit, jako jsou různé přehozy, závěsy či ozdobné koberce. Při nákupu sedací soupravy dejte přednost nějaké bez textilního povrchu.

→ **Vymezení prostoru pro zvíře:** Pokud zvíře v bytě zůstane, nemělo by mít přístup do pokojů, ve kterém alergik spí, a ideálně ani na nábytek, který alergik často využívá (typicky sedací souprava).

→ **Pozor na roznašeče alergenů:** Opatrní musíte být i při kontaktu s lidmi, kteří chovají zvíře, jehož alergeny nesnášíte. Mohou je roznašet na svém oblečení. Na alergeny tak můžete narazit i tam, kde žádné zvíře nikdy nebylo.

→ **Preventivní užití léků:** Pokud vás čeká kontakt se zvířecími alergeny například na návštěvě, předem si raději vezměte předepsané protialergické léky.

## Co jsou zvířecí alergeny a jak se projevuje alergie na ně

Alergie může vzniknout nejen na domácí mazlíčky (kočky, psi, hlodavci či papoušci), ale i většinu jiných druhů zvířat (např. koně, holubi, husy, kachny nebo krávy). **Alergeny se nacházejí v šupinkách kůže, výměšcích různých žláz včetně slin, výkalech nebo krvi zvířat.** Ulpívají na textilních a jiných površích a snadno se opět dostávají do vzduchu. Pokud nejsou odstraněny, mohou v místnostech „přežít“ i několik let. Podrobnější informace o alergenech jednotlivých druhů zvířat najdete na portálu [ProAlergiky.cz](https://proalergiky.cz).

Alergické reakce na zvířata mají nejčastěji podobu vodnaté rýmy, ucpaného nosu, astmatického kašle, svědění očí nebo vyrážky na pokožce.

## Produkty, které pomáhají

Produktová skupina	Důležitost
Čističky vzduchu	★★★
Vysavače s vysokým stupněm filtrace	★★★
Přípravky na odstraňování alergenů	★★
Filtrační masky	★



# Jak vybírat produkty doporučené při alergii na zvířata

## ••• Čističky vzduchu

Čistička ze vzduchu odstraňuje různé druhy škodlivých a obtěžujících nečistot. Kvalitní typy účinně pohlcují nejen pyl, spory plísní nebo zvířecí alergeny, ale samozřejmě i běžný prach nebo také zbytky cigaretového kouře. Toho nejčastěji dosahují pomocí HEPA filtru, který zachytí 99,9 % všech pevných částic rozptýlených ve vzduchu. Většina čističek je také vybavena uhlíkovým filtrem, který absorbuje toxické či zápachající plyny a výpary, a také nějakým druhem ionizátoru, který zvyšuje účinnost čištění.

**Výkon čističky:** Alergeny nesmějí dostat čas vyvolat alergickou reakci. Správná čistička pro alergika by proto měla být schopna za jednu hodinu pročistit alespoň čtyřnásobek objemu vzduchu v místnosti:

$\text{plocha podlahy (m}^2\text{)} \times \text{výška stropu (m)} \times 4 =$   
minimální potřebný vzduchový výkon (m<sup>3</sup>/h)

**Účinnost filtrace:** Procento zachycených částic alergenů se musí blížit stovce bez ohledu na používaný systém filtrace.

**Nízká hlučnost:** Zajímejte se především o hlučnost čističky při nejnižším výkonu ventilátoru, protože právě na tento výkon čistička většinu dne poběží. Neměla by přesahovat 30 dB, což odpovídá slabému šumu. To je důležité zejména pro čističku určenou do ložnice.

**Automatický provoz:** Moderní přístroje jsou vybaveny prachovým senzorem, který sleduje koncentraci alergenů ve vzduchu. Přizpůsobují svůj výkon aktuálnímu znečištění vzduchu.

**Cena a životnost příslušenství:** Do většiny čističek je potřeba občas koupit nový filtr. Zjistěte si, kolik stojí a jak dlouho vydrží ve vašich podmínkách.



Čistička vzduchu Winix Zero

## ••• Přípravky na odstraňování alergenů

Speciální přípravky jsou schopné neutralizovat alergeny usazené v kobercích, čalounění, matracích, přehozech, pelíšcích domácích mazlíčků a dalších textilních předmětech, případně alergeny poletující ve vzduchu. Existují jako spreje, přísady na praní nebo dokonce roztoky pro ošetřování srsti zvířat.

**Bezpečnost složení:** Na likvidaci alergenů byste měli vybírat přípravky, které budou neškodné



Odstraňovač alergenů ze srsti zvířat Petal Cleanse

jak pro lidi, tak pro zvířata. Neměly by pokud možno obsahovat agresivní těkavé látky, které by mohly dráždit citlivější dýchací cesty alergika či astmatika. Nejbezpečnější bývají odstraňovače alergenů na přírodní bázi. **Účel použití:** Volte takové přípravky, které odpovídají druhu odstraňovaných alergenů. Konkrétně na zvířecí alergeny je vhodná kombinace spreje na koberec a čalounění a odstraňovače alergenů z povrchu těla zvířat.

## ••• Vysavače s vysokým stupněm filtrace

Vysavač musí umět odsát a zachytit co nejvíce prachu a alergenů a přitom je co nejméně rozvířovat. Způsob ukládání nečistot ve vysavači – sáčkový nebo bezsáčkový – není rozhodující. Vedle podlahových vysavačů existují i menší ruční vysavače na matrace a čalounění.

**Účinnost filtrace:** U vysavačů pro alergiky je tato informace stěžejní. Procento zachycených částic se musí blížit stovce. Tento požadavek splňují vysavače vybavené filtry typu HEPA třídy 12 a vyšší, případně jinou technologií s podobnou účinností. O tuto jemnou filtraci se může starat buď výstupní filtr, nebo prachový sáček.

**Vzduchotěsná konstrukce:** Všechn vzduch musí procházet přes filtr a nesmí ucházet žádnými škvírkami v hadici ani samotném těle přístroje.

**Sací výkon:** Jde o schopnost vysavače nasávat nečistoty. Udává se ve watttech anebo pomocí tříd označených písmeny A až G, přičemž A je nejlepší. Sací výkon nezávisí jen na příkonu vysavače, ale i na kvalitě jeho konstrukce. Proto i úsporné vysavače mohou mít skvělý sací výkon.

**Regulovatelnost:** Hodí se možnost snížit výkon pro vysávání choulostivějších textilií a předmětů.



## ••• Nenechte se napálit

To, že pro alergiky jsou vhodná určitá plemena psů a koček, je velmi rozšířený omyl. Pokud nějaký prodejce zvířat slibuje, že například jeho psi jsou bez srsti nebo málo línají, a proto neuvolňují žádné alergeny, nejde o seriózní nabídku. Srst zvířete totiž sama o sobě není alergenem, ale pouze nosičem alergenů vylučovaných zvířetem. Snahy vyšlechtit nízkoolergení domácí mazlíčky zatím nebyly úspěšné.

 ProAlergiky

Dopřejte si kvalitnější život s alergií, astmatem nebo atopickým ekzémem

- srozumitelné rady, jak zvládnout život s alergií
- recepty bez lepku, vajec nebo mléka
- specializovaný internetový obchod
- bezplatná odborná poradna

 info@proalergiky.cz  
 541 212 450

proalergiky.cz