



# Екологічний проект на тему : « Рослини – алергени »

Виконала : учениця 11 класу  
ЗОШ № 5  
Рудюк Юлія Анатоліївна

# Актуальність

Кількість хворих на алергію постійно збільшується, займаючи перші місця серед інших захворювань. Її різновид – поліноз, який викликає пилок в період цвітіння рослин, що запилюються вітром. Саме в підлітковому віці (12- 16 років) починаються прояви полінозу. Впливає на збільшення кількості хвороб і зміна клімату, коли немає чіткого кордону між весною, літом та осінню, а теплий період подовжується.



# Мета проекту

- збагачувати й розширювати знання в учнів про рослинний світ нашого краю;
- формувати поняття про рослини — алергени, їх вплив на самопочуття дітей ;
- уточнити дію алергенів на учнів залежно від віку;
- з'ясувати, як уникнути шкідливого впливу алергенів на дітей .

# Завдання проекту

- розвивати пізнавальну активність;
- розвивати пам'ять, увагу, творчість та допитливість учнів ;
- збагачувати й розширювати знання про рослинний світ;
- сформулювати поняття про рослини – алергени, їх вплив на самопочуття ;
- довести, як впливають алергени на учнів залежно від віку;
- навчити уникати дітей дії шкідливого впливу рослинних алергенів.

# Очікувані результати

- активізація інтересу до уроків біології та екології ;
- використання набутих знань про рослини – алергени у житті;
- здатність дітей уникати шкідливої дії пилку рослин - алергенів.



# Учасники проекту

- Групи учнів 11 класу.
- Учитель біології та екології .
- Бібліотекар школи.
- Шкільна медсестра.
- Лікар – алерголог.

# Характеристика проекту

- за характером домінантної діяльності — інформаційно-пошуковий;
- за предметно-змістовою галуззю — міжпредметний;
- за характером контактів — серед учнів 6 - 11 класів;
- за кількістю учасників — колективний;
- за тривалістю — короткотривалий.

# Вступ

Кількість хворих на алергію постійно збільшується, займаючи перші місця серед інших захворювань. Сезонну алергію відчувають на собі близько 20% мешканців нашої планети.

Алергічний риніт або поліноз — це сезонне захворювання, причина якого - пилок рослин. Іноді це захворювання ще називають сінна лихоманка, весняний катар, пилкова астма, сезонний риніт.

Нині від алергії на пилок рослин страждають не лише дорослі, а й діти. Віковий рівень захворювання на поліноз – від 18 до 40 років, а перші симптоми хвороби виникають у період гормональних змін в організмі. Саме в підлітковому віці ( 12- 16 років ) починається ця хвороба.



# Основні ознаки полінозу :

- Алергія долає хворого в один і той же час року.
- Постійна нежить і водянисті виділення з носа.
- Напади чхання.
- Очі сверблять, сльозяться і стають червоними.
- Слабкість, головний біль і безсоння.



# Сезони полінозу :

Перший - весняний (квітень-травень), коли «пилять» квітучі дерева.

Другий - літній (червень-липень), коли цвітуть лугові трави, зокрема злаки, які посідають перше місце серед рослин, що викликають алергію.

Третій - осінній (липень-вересень), коли цвітуть бур'яни або багатоцвітні рослини, до них відносять полин та амброзію, яка з'явилась у нас не так давно, але досить добре прижилася і «пилить».



# Основні носії алергенів :

- *Дерева й чагарники*  
Вільха ,береза , верба ,тополя , ясен , сосна , ліщина.
- *Фруктові дерева*  
Яблуні, вишні, груші,абрикоси.
- *Садові квіти*  
Маргаритки, троянди, тюльпани, нарциси, лілеї.
- *Злаки*  
Жито, кукурудза, костриця, тонконіг, тимофіївка, пирій , грястиця збірна найчастіше викликають алергічну реакцію.
- *Трави*  
Кульбаба, чорнобиль, тонконіг лучний, костер, райграс, а також рослини з жовтими суцвіттями (ромашка, календула, соняшник).
- *Бур'яни*  
Полин, лобода, амброзія - найсильніший алерген.
- *Рослини, що культивуються*  
Цукровий буряк, конюшина, щавель, соняшник

# Рослини - алергени



**Ліщїна  
звичайна**



**Лобода біла**



**Береза  
повисла**



**Тимофіївка  
лучна**



**Кульбаба  
звичайна**

Кульбаба



**Жито  
посівне**

**Амброзія**



# Діагностика алергії на пилок

Виявити симптоми алергії можна самостійно за зовнішніми проявами, оскільки вони з'являються системно і в певний час року.

При підозрі на алергію, слід якомога швидше звернутися до фахівця — лікаря — алерголога, який запропонує провести обстеження і призначить потрібне лікування. Для початку потрібно визначити алерген, який його викликає. Необхідно провести тестування - алергопроби та аналіз крові. Зазвичай лікування проводиться в той період, коли алергени в природі відсутні, тобто взимку.

Найбільш простий і інформативний тест — шкірні проби. Цей тест (його правильна назва скарифікаційний тест) допоможе визначити, які саме рослини викликають алергію. Важливо, щоб шкірні проби були проведені поза сезон заострення — з кінця осені і до початку весни.

# Дослідження алергічних захворювань

Учні 11 класу провели тестування алергії на пилок за зовнішніми її проявами у учнів 6 – 11 класів. Зміст тестів узгоджений з лікарем – алергологом міської поліклініки .

В результаті тестування було отримано такі результати :

- 2 учні хворі на алергічний риніт;
- 2 учні хворі на алергічну ( бронхіальну ) астму;
- 1 учень хворий на кропив'янку .

Дані тестування занесено у таблицю .

Результати тестування погоджені з медичною сестрою школи. Хворі діти, виявлені під час тестування, знаходяться на обліку у лікаря – алерголога міської поліклініки. Вони отримують лікування в період цвітіння рослин – алергенів.

# Результати тестування на алергію

Назва захворювання	Вік дитини		
	12 – 13 років	14 – 15 років	16 – 17 років
Алергічний риніт		1	1
Кропив'янка	1		
Бронхіальна астма	1		1

# Як боротися з алергією на пилок ?

Дотримуючись деяких простих правил, можна усунути неприємні симптоми цієї хвороби.

- Намагайтеся менше бувати на сонці. Прогулянки краще здійснювати в вологу погоду, коли пилок прибився до землі.
- Підкоригуйте режим дня: пік «викиду» пилку доводиться на період від 5 до 11 ранку, тому плануйте тривале перебування на вулиці на інший час.
- Намагайтеся щоразу після перебування на вулиці промивати ніс та носоглотку водою.
- За можливості не виходьте з дому в сухі вітряні дні, коли пилку особливо багато в повітрі.

Провітрюйте приміщення відразу після дощу.

- Якщо Ви живете на дачі, то на відкриті вікна і двері бажано повісити добре змочені простирадла або марлю в декілька шарів.
- Не сушіть білизну на вулиці: на неї осідає пилок.
- Щодня робіть вологе прибирання.
- Приймайте душ 2 рази на день.
- Після повернення з вулиці намагайтеся одразу вимити волосся.
- Не розводьте такі кімнатні рослини: герань, бегонія, примула, троянда, бузок, плющ.
- Жінкам бажано менше користуватися тушшю для очей, тінями та іншою косметикою.



# Захисні заходи щодо рослин - алергенів

Здатними знизити інтенсивність проростання насінин та розвиток рослин - алергенів на перших етапах розвитку здатні види рослин з групи зимуючих, сходи яких – розетки – навесні швидко розвиваються та одночасно затемнюють ґрунт, при цьому знижуючи його температуру та тим самим уповільнюючи проростання насінин. До таких видів відносяться волошка синя, ромашка непахуча, грицики звичайні.

Для локалізації та ліквідації рослин - алергенів на необроблюваних землях проводиться цілий комплекс заходів :

- механічний метод – виполювання, викопування ручне видалення з ґрунту та скошування, які проводяться декілька разів протягом вегетаційного періоду рослин;
- технічний метод – дискування, оранка, культивація, скошування;
- хімічний метод – використання гербіцидів загальної винищувальної дії у комплексі з дискуванням ґрунту через 2-3 тижні після обприскування. Рекомендується багаторазово скошувати бур'яни – алергени.

# Висновок

Поліноз – сезонне захворювання. Виникає переважно у людей з ослабленим імунітетом . Алергію можуть викликати : дерева, лучні трави, злакові культури, бур'яни Найнебезпечніша алергія на бур'ян - амброзію.

Восени у нас була ледь не епідемія під час цвітіння амброзії. Дуже багато людей зверталось зі скаргами до лікаря алерголога . Серед них багато дітей підліткового віку .

Доведено, що у містах прояви алергії на пилок рослин частіші та агресивніші, ніж у селах. Це пов'язано із загазованістю повітря, поганим екологічним станом.

Щоб уникнути загострення алергічних захворювань необхідно уникати контактів із рослинами – алергенами та дотримуватися рекомендацій лікаря – алерголога.

**Дякуємо за увагу !**

