

Alergia nie jedną ma twarz

Alergia to nadmierna reakcja organizmu, jego układu immunologicznego na pewną substancję, tzw. alergen, występujący w otoczeniu. Jest wiele rodzajów alergii. Jak ją rozpoznać i odróżnić od zwykłego przeziębienia lub innej poważnej choroby? Może to być trudne gdyż objawy mogą dotyczyć różnych narządów takich jak: nos, oczy, skóra, oskrzela czy przewód pokarmowy (żołądek, jelita).

Reakcje alergiczne mogą być wywołane przez liczne alergeny i przebiegać w bardzo zróżnicowany sposób. Mimo to można usystematyzować tę chorobę, biorąc pod uwagę miejsce oraz sposób, w jaki alergen przedostaje się do naszego organizmu. Jako jedną z przyczyn pojawiania się alergii, eksperci podają zanieczyszczenie środowiska, stosowanie polepszaczy i konserwantów w produktach spożywczych.

Jak rozpoznać na co jesteśmy uczuleni?

Lekarze alergolodzy rozpoznali kilkadziesiąt tysięcy alergenów. Liczba ta, tak imponująca, wynika głównie ze specyfiki choroby - zgodnie z popularnym przekonaniem uczulać może dosłownie wszystko. Ogromną ilość potencjalnych alergenów można jednak podzielić na kilka podstawowych kategorii, według rodzajów alergii.

- **Alergie wziewne**

Jest to rodzaj alergii, z którym spotykamy się najczęściej. Najbardziej powszechne alergie z tej grupy to uczulenie na pyłki roślin (drzew, traw, zbóż, chwastów itd.), które większość osób doskonale zna. W polskich warunkach klimatycznych alergeny pyłkowe zaczynają się pojawiać w okresie wczesnowiosennym, znikają zaś dopiero jesienią. Do dróg oddechowych bardzo łatwo przenikają pyłki olchy (przełom marca i lutego). W kwietniu natomiast alergicy powinni unikać kontaktu z brzozą i leszczyną. Maj to miesiąc kiedy pojawiają się intensywnie alergizujące pyłki traw, zaś z początkiem lata kwitną zboża. Alergeny pyłkowe znikają jesienią, to jednak okres zimowy nie jest pełnym wytchnieniem dla alergików, bowiem zamknięte okna i włączone kaloryfery uaktywniają z kolei roztocza kurzu domowego. Dolegliwości związane z alergią wziewną to m.in. katar tzn. wydzielina z nosa i uczucie jego zatkania, ataki kichania i świąd – to główne objawy nadwrażliwości na pyłki roślin. Mogą się pojawiać jednocześnie bóle głowy, problemy z koncentracją, zapalenie spojówek tzn.: zaczerwienienie oczu, intensywne łzawienie, pieczenie, świąd, obrzęk powiek. Drugim, typowym i bardzo uciążliwym objawem alergii wziewnej jest kaszel. Jest suchy i męczący, nasila się w nocy i nad ranem, przy braku objawów typowych dla przeziębienia np. gorączki. Kaszel jest charakterystyczny zarówno dla alergii na pyłki roślin jak i dla roztoczy.

- **Alergie pokarmowe**

Szacuje się, że alergie pokarmowe dotyczą 6% dzieci oraz 2-4% dorosłych. Obserwacje chorych pokazały iż różne dawki tego samego alergenu powodują objawy uczulenia tzn., że występuje indywidualna reakcja każdego pacjenta na substancję uczulającą znajdującą się w pokarmie. U części dzieci alergie pokarmowe mijają wraz z wiekiem. Alergia ta może mieć również podłoże genetyczne. Najczęściej wywołują ją takie pokarmy, jak: białko krowiego mleka, białko jajek, truskawki, pomidory, seler, kiwi, orzechy, kakao, czekolada, miód naturalny, ryby, owoce morza, owoce cytrusowe, soja oraz białko zbóż – gluten. Po spożyciu alergenu pojawiają się wzdęcia, bóle brzucha,

biegunki i wymioty, zmiany skórne, a także objawy ze strony układu oddechowego: kichanie, katar, obrzęk dróg oddechowych oraz czasem łzawienie oczu.

- **Alergie iniekcyjne**

Zalicza się do nich przede wszystkim alergie na różnego rodzaju leki. Najczęściej występujące dotyczą antybiotyków oraz środków przeciwbólowych, w tym stosowanych przy znieczuleniu anestezyjologicznym. Uczulenie pojawia się także w wyniku zjedzenia mięsa zwierząt, które karmiono paszą zawierającą antybiotyki. Alergia na leki może uruchomić bardzo poważne, zagrażające bezpośrednio zdrowiu i życiu stany tj. wstrząs anafilaktyczny lub chorobę posurowiczą, niebezpieczną reakcję układu odpornościowego przebiegającą ostro, ale też i przewlekłe i mogącą doprowadzić do uszkodzenia nerek. Alergia na leki powoduje również reakcje natychmiastowe z różnych narządów tj. napad astmy oskrzelowej, alergiczne zapalenie płuc, alergiczne zapalenie mięśnia sercowego i naczyń krwionośnych, alergiczne zapalenia przewodu pokarmowego, wątroby, nerek, stany zapalne skóry. Mogą również wystąpić zmiany w układzie krwiotwórczym np. spadek lub wzrost ciałek odpornościowych

- **Alergie kontaktowe**

W przypadku tej alergii, alergen wnikają do organizmu przez skórę. Odpowiedzią na nią są zmiany na skórze: od łagodnych (lekkie zaczerwienienie), po bardziej uciążliwe (pęcherze, ranki). Ten typ uczulenia mogą wywoływać np. kosmetyki, barwniki, nikiel i chrom. Metale te występują w zapięciach, haftkach, klamrach od pasków, guzikach od dzinsów, bransoletkach, kolczykach i pierścionkach.

- **Uczulenia na jad**

Najczęściej alergie wywołuje jad owadów z rzędu błonkoskrzydłych, do których należą pszczołowate: pszczoła miodna i trzmiel oraz grupy osowatych: osa zwyczajna czy szerszeń. Dodatkowo w ostatnich latach zyskują na znaczeniu owady należące do błonkówek rodziny mrówkowatych. Uczulenie na jad owadów może spowodować nie tylko reakcję miejscową (np. obrzęk, zaczerwienienie), ale także reakcję ogólnoustrojową – wstrząs anafilaktyczny.

Rodzajów alergii jest tak wiele i mają tak różnorodne objawy, że można je mylić z innymi schorzeniami. Wydawać się może, że nie można być „nagle na coś uczulonym”, zwłaszcza w sytuacji, kiedy danego produktu czy rzeczy używamy od dawna. Wielu z pacjentów, którzy się do mnie zgłaszają, kojarzą objawy alergii zazwyczaj z przeziębieniem. Ważne jest, aby po wizycie u lekarza pierwszego kontaktu udać się również do alergologa, który przeprowadzi specjalistyczne badania i będzie w stanie zdiagnozować czy uciążliwa wysypka, kaszel, czy katar jest alergią. Jeśli tak, to warto wiedzieć co jest jej przyczyną i rozpocząć leczenie. Poza tym leczenie alergii znacznie się różni od leczenia przeziębienia

– tłumaczy ekspert programu „Zdrowa ONA”, lek. med. Magdalena Piórkowska, internista.