

RODZAJE I CHARAKTERYSTYKA ALERGI

Reakcje alergiczne wywołują różne substancje i czynniki zwane alergenami. W wielu przypadkach nie sposób ich uniknąć, bo są one stale obecne w naszym otoczeniu. Alergia wiąże się z nieprawidłową pracą układu odpornościowego, która przejawia się uszkodzeniem własnych tkanek w wyniku reakcji odpornościowej. Należy pamiętać, że uczulenie na jeden składnik może przyczynić się do rozwoju alergii na inne, dlatego ważna jest szybka i prawidłowa diagnoza oraz leczenie, dzięki czemu uczulenie zyska znacznie łagodniejszy przebieg.

Rozróżniamy 4 podstawowe rodzaje alergii w zależności od jej przyczyn czyli sposobu kontaktu z alergenem

1. Alergia pokarmowa

Reakcja alergiczna następuje w wyniku spożycia pokarmu, na który dana osoba jest uczulona. Za alergię pokarmową odpowiadają geny, dlatego bardzo często ten sam typ alergii występuje w całej rodzinie.

Alergia pokarmowa występuje zdecydowanie częściej u dzieci niż u dorosłych a jej objawami zwykle są kłopoty gastryczne takie jak wymioty i biegunka oraz zmiany skórne.

Leczenie tego typu alergii jest żmudne i dość czasochłonne, ponieważ należy zidentyfikować wszystkie substancje, na które reaguje układ odpornościowy. Podstawowym sposobem takiej identyfikacji jest „dieta eliminacyjna” która opiera się na stałym lub okresowym wykluczeniu z jadłospisu źle tolerowanych składników pokarmowych, z jednoczesnym wprowadzeniem w ich miejsce produktów zastępczych.

Co najczęściej wywołuje alergię pokarmową?

- **Białko mleka** – nie tylko krowiego ale także sojowego i owczego.
- **Białko jaja kurzego** – ilość alergenów zmniejsza się w nim, jeśli je upieczemy (ok. 30 min w 180 st. C). Dlatego niektóre osoby uczulone na jajo mogą jeść np. ciasta z jego dodatkiem.
- **Ryby** – by wystąpiła reakcja alergiczna, czasem wystarczy jej zapach czy dotknięcie.
- **Orzechy** – a zwłaszcza orzechy arachidowe (ziemne) – są tak silnym alergenem, że nawet ich śladowa ilość może wywołać wstrząs anafilaktyczny
- **Owoce i warzywa** – najczęściej uczulają: seler, cytrusy, poziomki, wiśnie i czereśnie oraz truskawki.

2. Alergia kontaktowa

Alergia kontaktowa pojawia się w wyniku bezpośredniego zetknięcia się skóry z substancją alergizującą. W tym przypadku odpowiedzią są zmiany na skórze: od lekkich zaczerwienień, przez wysypki, pokrzywki, świąd, aż po najbardziej uciążliwe pęcherze i ranki.

Co najczęściej wywołuje alergię kontaktową?

- **Nikiel, chrom i kobalt** – mogą znajdować się w biżuterii i innych ozdobach, monetach, zapięciach, haftkach, klamrach od pasków czy guzikach.
- **Barwniki** – np. te używane do barwienia tkanin jak formalina

- **Kosmetyki** – a dokładnie zawarte w nich substancje chemiczne, zapachowe i konserwanty
- **Tworzywa sztuczne** (poliwęglan, polietylen, guma, lateks, plastik) – spotykane w wielu przedmiotach codziennego użytku.

3. Alergia wziewna

Za reakcje alergiczną w przypadku alergii wziewnej odpowiadają substancje znajdujące się w powietrzu. Możemy podzielić je na sezonowe (pyłki roślin, najczęściej traw) i całoroczne (np. roztocza, grzyby czy sierść zwierząt).

Co najczęściej wywołuje alergię wziewną?

- **Roztocze kurzu** – znajdują się m.in. w dywanach, zasłonach, pościeli.
- **Sierść zwierząt** – m.in. kotów i psów.
- **Pyłki roślin.**

Alergia wziewna często prowadzi do wystąpienia **alergii krzyżowej** polegającej na tym, że u osoby, która jest już uczulona na jeden alergen, niepożądana reakcja może się pojawić także po kontakcie z innym alergenem. Szacuje się, że około 30% osób cierpiących na alergię wziewną, jest także uczulona na niektóre pokarmy.

- U uczulonych na pyłki roślin często występują reakcje alergiczne po zjedzeniu niektórych świeżych warzyw i owoców.
- Uczuleni na pyłki brzozy powinni uważać na orzechy włoskie i laskowe, migdały, jabłka, banany, brzoskwinie, czereśnie, gruszki, śliwki, kiwi, pomidory, marchew.
- Osoby uczulone na pyłki traw muszą być ostrożne, sięgając po fasolę, soczewicę, zielony groszek.
- Uczuleni na pyłki bylicy powinni zachować ostrożność, jedząc seler, pietruszkę, szczypiorek, banany, melony.

4. Uczulenie na jad

Alergia na jad owadów to reakcja organizmu na związki chemiczne w nim obecne. Najwięcej uczuleń wywołują owady z rzędu błonkoskrzydłych – pszczoły, trzmiele, osy i szerszenie oraz mrówkowate. Okres lotu tych owadów, a tym samym zwiększone ryzyko użądlenia występuje od kwietnia do października. Inne owady niż błonkoskrzydłe uczulają o wiele rzadziej, brak jest również odpowiednich metod do diagnozowania tych alergii.

Uczulenie na jad może spowodować dwa rodzaje reakcji organizmu – miejscową (obrzęk, zaczerwienienie, pokrzywka) oraz ogólnoustrojową, mogącą zakończyć się wstrząsem anafilaktycznym. Anafilaksja, z uwagi na nasilone objawy ze strony układu oddechowego i układu krążenia, stanowi bezpośrednio zagrożenie życia i wymaga szybkiego podania leków antyhistaminowych oraz adrenaliny.

W celu potwierdzenia czynnika wywołującego u pacjenta reakcje alergiczne przeprowadza się skórne testy punktowe (testy skórne) i naskórkowe testy płatkowe (testy płatkowe). Podstawową różnicą pomiędzy dwiema metodami jest czas trwania testu i miejsce nakładania alergenu.