

NELEHKÝ ŽIVOT S ALERGIÍ

Imunita neboli systém obranyschopnosti organismu patří společně s nervovou soustavou a strukturou vnitřního prostředí mezi tři základní integrační systémy živých celků. Prostřednictvím imunitních reakcí odolává organismus vlivům okolí.

Obrannou reakci spouští cizorodá látka nazývaná antigen. Jedná se o makromolekuly bílkovin, polysacharidů a polypeptidů, které se nacházejí na buněčných membránách a obalech virů. Jsou také součástí potravin, léků a mnoha jiných látek. První kontakt organismu s antigenem zprostředkuje druh bílých krvinek – monocyty. Ty ho rozpoznají jako tělu škodlivý, zapamatují si ho do budoucna a předají informaci další bílé krvince – lymfocyty. Jeden typ lymfocytů působí přímo proti vniknuvší škodlivině, další začne vytvářet protilátky, které se specificky vážou na antigen a vyvolávají proces jeho destrukce prostřednictvím aktivace takzvaného komplementového systému. Zároveň s těmito procesy bílé krvinky uvolňují další látky, které zabraňují šíření

ANAFYLAKTICKÉ A POZDNÍ PROJEVY

Pokud za určitých okolností tyto obranné reakce poškodí vlastní organismus, hovoříme o alergiích. Přecitlivělý člověk odpovídá na některé antigeny – zde hovoříme o alergenech – nepřiměřeně tak, že dochází k poškození vlastní tkáně.

Rozlišujeme včasnou, neboli anafylaktickou alergickou reakci, a pozdní, buňkami zprostředkovanou. Anafylaktická reakce vzniká po senzibilizaci organismu, tedy po prvním kontaktu s alergenem, kdy si jedinec vytvoří protilátky, které se vážou na žírné buňky. Po opětovném kontaktu s tímto antigenem dochází k rychlému uvolnění biologicky aktivních látek histaminu, serotoninu, bradykininu a mnoha dalších „mediátorů alergické reakce“. V několika minutách po kontaktu s alergenem dochází buď k lokálním, nebo celkovým anafylaktickým projevům. Tedy alergie se

omezí na sliznice a kůži, kde se objeví svědivá vyrážka, nebo má charakter až šokového stavu spojeného s poruchami základních životních funkcí a bezprostředním ohrožením života.

Pozdní reakce je charakterizovaná přímým střetem T-lymfocytů s alergenem. Dochází k ní zejména při infekci bakteriemi, viry a při kontaktní alergii. Také tento typ alergické reakce se místně projevuje lokálním začervenaním tkáně a svědivou vyrážkou, celkově pak vzestupem teploty, třesavkou, bolestmi zad a kloubů.

ALERGENY

Dnes je nám známo množství alergenů a neustále jsou objeveny další. Podle místa průniku do organismu je rozlišujeme na:

1. **Kontaktní** – k alergické reakci dochází po kontaktu s kůží. Jedná se o alergie na chemikálie, prací prášky, čisticí prostředky, na zvířecí srst, kovy a podobně.



2. **Inhalační** – reakce vzniká po vdechnutí. Jsou to zejména alergie na pyly, plísně, prach, roztoče apod.
3. **Potravinové** – reakce vzniká po požití alergenu v potravinách. Sem patří mléčné bílkoviny, vejce, pšenice, ořechy, sója, rajčata a některé druhy ovoce a mnoho dalších.
4. **Ostatní** – léky a živočišné jedy. Alergie se rozvíjí po štipnutí hmyzem, hadím uštknutí, nebo naopak po podání léků, a to jak požitím, nebo nitrožilním způsobem.

Alergie můžeme rozdělit podle období projevů na sezonní a celoroční. Mezi sezonní patří pylové a alergie na trávy, které se projevují nejčastěji jako alergická rýma, astma nebo kožní přecitlivělost. Celoroční jsou potom alergie potravinové, po užití léků, na prach a roztoče.

DIAGNÓZA A LÉČBA

Stanovení správné diagnózy obvykle nebývá problém při včasné alergické reakci, kdy k potíží dochází bezprostředně po kontaktu s alergenem. Obtížné je však rozpoznání reakce pozdní, kdy od kontaktu s alergenem k projevům uběhne různě dlouhá doba. Od alergie je nutné odlišit nemoci jednotlivých orgánových systémů podle charakteristických projevů. Zejména při kožních projevech je to obtížné, protože svědění kůže a vyrážka patří do obrazu mnoha kožních chorob a ekzémů. Od potravinových alergií se rovněž liší nesnášenlivost lepku a laktózy, kdy kvůli poruchám trávení dochází ke střevním potížím.

Léčba alergie je i přes všechny dnešní znalosti moderní medicíny velice obtížná. Anafylaktická reakce rozhodně patří do rukou lékaře. Ošetření je potřeba vyhledat ihned, protože hrozí rozvoj šokového stavu a ohrožení života. Jedná se zejména o rychle a náhle vzniklé svědivé vyrážky, často spojené s otokem rtů a dechovými potížemi. Nejčastěji k nim dochází po štipnutí hmyzem nebo plazem, po nitrožilní aplikaci léku a podobně. Zde je potřeba rychle podat léky, které zabraňují rozvoji alergické reakce, tedy především antihistaminika, kortikoidy. Dále jsou někdy nevyhnutelné léky na podporu funkce životně důležitých orgánů, zejména ledvin, plic a srdce.

Při léčbě alergie se musí nejdříve odstranit působení podnětu, tedy alergenu. Znamená to tedy zvláštní důraz na čistotu a bezprašnost prostorů, ve kterých postižený tráví většinu času: odstranění kobereců, záclon, péřových i vlněných polštářů a dek.

Pokud je alergen známý, dá se dnes díky lékařské vědě zrušit přecitlivělost organismu a provést takzvanou desenzibilizace, kdy již po styku s daným alergenem k potížím nedochází. Léčba se provádí takzvanou desenzibilizační vakcinací. Je to výhodné zejména u pylových alergií, alergií na plísně a roztoče, protože ti se z našeho okolí v podstatě nedají odstranit.

Ne vždy jsou však tato opatření účinná, protože alergen často není rozpoznán. U chronických alergických projevů potom dlouhodobé podávání kortikoidních hormonů, které jsou součástí mnoha mastí a inhalačních léků, přináší vedle úlevy od potíží také riziko jejich vedlejších účinků. Je potřeba zmínit zejména osteoporózu a poškození sliznice žaludku. Je proto obvyklé, že lékař při indikaci léčby zvažuje rizika vedlejších účinků léku v porovnání s užitkem, který pacient léčbou získá.

ALTERNATIVNÍ METODY LÉČENÍ

Při léčbě alergických stavů lze využít také metody alternativní medicíny, a to zejména v případě, že

efekt klasické léčby nepřináší očekávané výsledky. Jedná se zejména o akupunkturu, která regulací imunitního systému zmírňuje jeho přecitlivělost, a tím též snižuje pravděpodobnost chorobných reakcí, které poškozují tkáně. Na místě jsou také postupy detoxikace organismu použitím diet s vysazením typických potravinových alergenů v kombinaci s kontrolovanou konzumací bylinných preparátů. Součástí léčebného režimu alergika by mělo být pravidelné cvičení zaměřené na odstranění stresu. Tato cvičení jsou obvykle založená na dechových ásanech jógy.

Alergie byla, je a nadále zůstává jak problémem medicínským, tak mimořádně závažným problémem lidským. Postižený je zejména v období výskytu svého alergenu omezen v životní a společenské aktivitě s přímým dopadem na rodinu. Dnešní moderní doba je charakterizována tím, že konzumujeme zeleninu, která vyrůstá místo na záhonech zahrádky v živných roztočích, kdy upravujeme genetické vlastnosti rostlin, zvířat a zahráváme si s upravováním genetického kódu člověka.

Možná by bylo vhodné na chvíli se zastavit a zamyslet se nad tím, co děláme a proč to děláme. Zamyslet se nad tím, proč změny, včetně genetických, probíhají v přírodě celé věky. Zamyslet se nad tím, proč v první polovině minulého století byla alergie víceméně vzácným onemocněním a proč dnes antihistaminika patří do běžné výbavy lékárníky zejména mladších lidí.

MUDr. Boris HYNEK

