Автор: http://kiz.ru
24.10.2008 15:55 -

С аллергией шутки плохи!

Аллергия – болезнь с вредным характером. Весной и летом она запрещает прогулки по паркам, не позволяет насладиться ароматом цветущих садов. Аллергическая реакция возникает на шерсть домашних животных, на солнце, холод, витамины, спелые фрукты и… даже на собственную микрофлору кишечника.

В прицеле — наследственность

В последние десятилетия людей, подверженных аллергии, становится все больше и больше. Во многом это связано с ухудшением экологической ситуации: промышленные выбросы, соединяясь с пыльцой растений и микробной средой помещений, образуют сложные структуры, обладающие более выраженной аллергенностью, чем каждая в отдельности. Вторая причина – современные продукты питания. Они содержат большое количество консервантов и пищевых красителей. Эти вещества по своим свойствам и химической природе безвредны, однако при наличии каких-либо иммунных нарушений в организме могут спровоцировать неадекватную реакцию. Косметические препараты – третья серьезная причина. В них также много консервантов и химических соединений, поэтому к их выбору нужно подходить очень осторожно. Если у вас аллергия на пыльцу растений, будьте готовы к тому, что ее могут вызвать косметические средства с растительными экстрактами.

До сих пор точно не ясно, почему у одних людей появляется аллергия, а у других нет. На сегодняшний день специалистам известна лишь одна причина – наследственная предрасположенность.

Воинственный иммунитет

Аллергия – это неадекватная реакция организма на воздействие определенного чужеродного вещества (аллергена). При этом главную опасность представляет не само вещество, а бурная «защита» нашего организма.

Если у вас развилась аллергия, скорее всего это произошло из?за того, что иммунная система прекрасно работает против антигенов?вирусов, бактерий и паразитов, но, кроме того, реагирует на совершенно безопасные вещества, такие как антигены. Иммунная система принимает их за опасных врагов и беспощадно с ними расправляется.

Аллергическая реакция, как пра-вило, имеет две стадии. Первая –сенсибилизация – иммунная система впервые сталкивается с аллергеном и начинает вырабатывать против него антитела, которые принадлежат к классу иммуноглобулинов E (IgE) и могут прикрепляться к тучным клеткам и базофилам (разновидность лейкоцитов). В результате иммунная система запоминает аллерген и при последующих встречах распознает его. На этой стадии не появляется никаких клинических симптомов.

Вторая стадия значительно активнее – реакцию может вызвать даже малое количество аллергена. Он прикрепляется к IgE на поверхности тучных клеток, и в результате такого «союза» начинают вырабатываться гистамин (вызывает красноту, отечность, зуд) и простагландин (расширяет кровеносные сосуды и снижает артериальное давление).

Чужой среди своих
Почти все аллергены состоят из белков – сложных органических веществ (водород, кислород, азот). Вообще, любой белок может действовать как аллерген и вызывать реакции:

* на микроорганизмы. Их провоцируют грибки и вирусы, которые витают в воздухе преимущественно в теплую и сырую погоду;
* на укусы ос, пчел, шершней или комаров;
* на шерсть домашних животных;
* на лекарства, особенно антибиотики, противовоспалительные препараты, сульфаниламиды, гормоны, ферменты, обезболивающие средства и даже витамины;
* на кишечную микрофлору. Кишечная палочка сама по себе не обладает болезнетворным действием, напротив, она жизненно необходима для здоровья. Но бывают случаи, когда иммунитет неверно реагирует на собственную микрофлору и начинает против нее борьбу, которая и сопровождается аллергической реакцией.

Условное деление
Аллергены способны вызвать такие распространенные заболевания, как бронхиальная астма, сенная лихорадка, атопический дерматит (в том числе экзема), а также крапивницу, анафилаксию.

Все аллергические реакции можно условно поделить на три вида.

Респираторная, или дыхательная, аллергия. Ее вызывают мелкие аллергены, присутствующие в воздухе, – пыльца растений, частицы шерсти и перхоти животных, фрагменты клещей, тараканов, домашняя пыль и т. д. Случается и так, что к этому «набору» присоединяются грибки. Основные признаки заболевания: насморк, сенная лихорадка, отек Квинке, кашель, хрипы в легких, удушье и даже аллергическая астма.

Дерматиты возникают при контакте кожи с веществом-раздражителем, к примеру никелем, латексом, мылом, чистящими средствами, ароматизирующими веществами, ланолином. Раздражителями кожного покрова могут быть солнечные лучи и растения, в частности хризантемы. Когда происходит аллергическая реакция, появляются сыпь, зуд, жжение, сухость кожи.

Анафилаксия – самый тяжелый тип аллергической реакции, поражающий несколько систем организма, в том числе дыхательную, сердечно-сосудистую, кожу и желудочно-кишечный тракт. Причиной могут стать как укусы пчел или ос, продукты питания, антибиотики, так и вакцины. Симптомы анафилаксии следующие: крапивница, отек лица, гортани, тошнота, рвота, боль в животе, резкое падение артериального давления, в серьезных случаях даже шок, который может привести к летальному исходу.

Не путать с чесоткой!
На свете немало заболеваний, имеющих сходные с аллергией симптомы. К примеру, чесотку легко перепутать с аллергическим дерматитом. Поэтому если подозреваете у себя аллергию, то обязательно проконсультируйтесь с врачом-аллергологом. На приеме доктор осмотрит вас и, если не будет уверен в аллергической природе заболевания, направит на дополнительные исследования, чтобы поставить точный диагноз и выявить аллерген-неприятель.

Методы исследования
Лабораторный метод определяет уровень специфических иммуноглобулинов против различных веществ в сыворотке крови. За один раз можно протестировать большое число аллергенов. По результатам тестирования (через три–десять дней) пациенту дают рекомендации, какие именно аллергены надо исключить, чтобы не отравлять организм.

Скарификационные пробыпозволяют ввести в организм возможные аллергены через кожу, чтобы проследить развитие аллергической реакции. Исследование обычно проводят на внутренней поверхности предплечья. На кожу наносят капельки выбранных аллергенов и прокалывают ланцетом. Если через 10–20 минут появится отек, значит, аллергическая реакция присутствует. Чем больше отек, тем реакция сильнее.

Найти и обезвредить
Если у вас установлена реакция на пыльцу растений, то постарайтесь либо устранить контакт с возбудителями, либо подготовить организм к встрече с аллергеном:

* ориентируясь на календарь цветения, начните принимать антигистамины за одну-две недели или гипосенсибилизирующие препараты за месяц до цветения;
* занимайтесь садом-огородом не в теплые солнечные дни, когда распускаются цветы, а в пасмурные, сырые и холодные;
* сажайте на даче те растения, которые опыляются насекомыми. Их пыльца тяжелее, что снижает вероятность появления симптомов;
* по возможности возьмите отпуск на сезон цветения;
* выходя на улицу, надевайте очки – это немного защитит глаза от пыльцы и тополиного пуха.

Полностью исключить воздействие аллергенов, к сожалению, нельзя, поэтому лечение стоит дополнить приемом лекарств, назначенных врачом:

* симптоматических средств. Как правило, это препараты для местного применения, обладающие сосудосуживающим эффектом;
* антигистаминных средств, снижающих выраженность аллергических реакций путем уменьшения выработки гистамина в тканях;
* глюкокортикостероидных гормонов, обладающих мощным противовоспалительным и иммунодепрессивным действием. Их принимают в виде таблеток или вводят внутривенно, а также используют как мази и гели при обострении аллергических дерматитов, в том числе атопического дерматита, и в ингаляциях при бронхиальной астме;
* ингибиторов рецепторов лейкотриена. Это новые лекарства, разработанные специально для лечения аллергии, в частности бронхиальной астмы. Они блокируют рецепторы, на которые действуют лейкотриены (медиаторы воспаления);
* адреналина и его производных для лечения тяжелых и неотложных состояний (анафилактический шок).

При лечении аллергии в некоторых клиниках применяют вакцинацию: маленькие дозы аллергена вводят под кожу, в результате чего появляется специфический вид защиты организма.

В настоящее время российские ученые выясняют, возможно ли выработать иммунитет к аллергии. Хотя это и кажется очень привлекательной перспективой, неизвестно, поможет ли вакцина, а самое главное – будет ли она безопасной. Пока нет ответа на эти вопросы, можно использовать новые антигистаминные лекарства. Они не вызывают сонливости, более эффективны и их следует принимать один раз в сутки. Новейшие препараты – антагонисты рецепторов лейкотриена – дают надежду астматикам, так как их можно принимать внутрь.

Приятного путешествия

Некоторые люди, страдающие сильными аллергическими заболеваниями, никогда не уезжают в отпуск из-за боязни того, что может случиться в незнакомой обстановке. Эти беспокойства напрасны. При наличии правильной информации и заранее составленного плана можно замечательно провести время, несмотря на склонность к реакциям.

В отпуске и дома вы вполне способны контролировать свое состояние и свести к минимуму или вообще удалить раздражители. Например, если у вас сильная аллергия на какую-либо пищу, откажитесь от «все включено» и заказывайте индивидуальные блюда в местных ресторанчиках.

Если вы страдаете поллинозом, то поезжайте в отпуск, например, в Южное полушарие, где не только время цветения отличается от нашего, но и сама пыльца менее аллергенна. Можно выбрать отдых на побережье: в морском воздухе намного меньше раздражителей.

Перед поездкой очень важно проконсультироваться с лечащим врачом и составить план действий на случай обострения аллергии во время отдыха. Учитывая рекомендации доктора, правильно соберите аптечку, проверив срок годности лекарств.

Альтернатива классике
В настоящее время распространено немало альтернативных способов лечения аллергии. Нельзя сказать, что все предлагаемое хорошо изучено медиками. Практика показывает, что большинство нетрадиционных методов неплохо действует, если их проводят наряду с классическим лечением, сохраняя индивидуальный подход к каждому пациенту. Но такой способ редко применяют специалисты нетрадиционной медицины.

К примеру, врачи-гомеопаты настаивают на отмене лекарственных препаратов. В лечении они учитывают не только клинические особенности заболевания, но и черты характера, привычки пациента, его эмоциональное состояние. Такой подход бывает очень эффективным. Но у гомеопатии есть существенный недостаток – длительность лечения. Часто требуется несколько недель или месяцев только на то, чтобы оценить первоначальный эффект гомеопатического средства и понять, подходит ли оно.

А вот метод онтологической кинезиологии совмещается с медикаментозным. Он основан на тестировании состояния и тонуса мышечной ткани. По его результатам назначают лечение, которое устраняет не только физиологические, но и прежде всего психологические проблемы, что способствует оздоровлению организма в целом.

Мнение эксперта

Надежда Логина, кандидат медицинских наук, аллерголог-иммунолог медицинского центра «Медстайл эффект»:

«У вакцинации есть свои недостатки. Она противопоказана людям с тяжелыми формами аллергических заболеваний, гормонально зависимым, при кожной аллергии. Поэтому в 1992 году запатентован метод аутолимфацитотерапии. Он помогает тем пациентам, которым по каким-либо причинам нельзя проводить лечение обычными способами. Суть его заключается в следующем. Из крови больного выделяют его собственные клетки – лимфациты и вводят под кожу. Поскольку информация о большей части аллергенов как бы зафиксирована на этих клетках, то при подкожном введении возникает реакция на генетическом уровне, благодаря чему вырабатывается необходимый вид иммунной защиты. В подавляющем большинстве случаев удается добиться хороших стойких результатов в лечении ложных форм аллергии без побочных эффектов».

Галина Зотова, кандидат медицинских наук, врач аллерголог-иммунолог, гомеопат:

«Развитие любой болезни сводится к ведущей роли иммунитета. По сути дела, нельзя назвать ни одного болезнетворного процесса, в котором не участвовала бы иммунная система. Она удаляет устаревшие или мутировавшие клетки, обновляет организм. Когда этот процесс принимает слишком бурное течение, возникает разрушительный ответ против собственных тканей или органов, например ревматизм, сахарный диабет, тиреоидит и т. д. Если существует иммунодефицит, то развиваются вялотекущие или острые воспалительные процессы. А неадекватная гиперчувствительность к факторам, не обладающим болезнетворным эффектом, – это аллергия».

Тензин Тапа, врач клиники классической тибетской медицины «Белый лотос»:

«В тибетской медицине нет термина «аллергия». Есть «дисбаланс внутренней энергии». Причин дисбаланса не так много. Одна из них – слишком быстрый темп жизни. Отсутствие времени на то, чтобы спокойно посидеть и подумать о мире и своем месте в нем. Вторая причина – злость: «направление гнева» вполне может стать источником аллергических проявлений. Возможно, что все это приведет к неспособности организма «переработать» какой-либо внешний фактор. Восстановить силы организма поможет индивидуальное траволечение».