

Alergiile – cauze și soluții

Allergies: causes and solutions



Dacă în trecut alergiile afectau un număr mic de oameni, în zilele noastre se înregistrează adevărate epidemii! În Statele Unite, bolile alergice afectează peste 20% din populație, fiind a șasea cauză de boală cronică! Date similare au fost raportate și în Marea Britanie, Australia și Noua Zeelandă!

Având în vedere importanța pe care tind să o ocupe alergiile în zilele noastre, am considerat oportunitate ca în acest număr al revistei noastre să facem o prezentare generală a cauzelor, modului de manifestare, metodelor de diagnostic și tratament a celor mai frecvente afecțiuni alergice. Alergia constituie o reacție anormală, exagerată, a sistemului imunitar la contactul cu anumite substanțe sau alergene, ce se găsesc în alimente, medicamente, praf, aer etc. Cele mai frecvente reacții alergice se produc la nivelul pielii, mucoaselor, căilor respiratorii și al tubului digestiv.

CAUZE ȘI CONDIȚII PREDISPOZANTE

Alergiile pot apărea la orice vârstă, dar cel mai frecvent se dezvoltă în perioada copilăriei. Acestea sunt produse de substanțe provenite din mediul extern care pot intra în contact cu organismul uman pe mai multe căi: pe calea aerului – inhalare (polen, fumul de țigară, acarienii din praful de casă, păr de animale, spori de mucegai, poluare atmosferică etc.); prin contact fizic, determinând o reacție alergică locală (latex, cosmetice, fibre sintetice, diferite metale – nichel, medicamente, veninuri, aditivi alimentari etc.); prin ingestie (medicamente, produse lactate, ouă, pește, scoici, ciocolată, nuci, arahide, grâu, ciuperci, soia etc.). Conform studiilor

științifice, moștenirea genetică are un rol important în apariția alergiilor. Astfel, s-a constatat că în familiile în care unul dintre părinți suferă de o boală alergică, riscul de transmitere la copil este de 30% și se dublează în cazul ambilor părinți. Însă, riscul individual de a dezvolta de-a lungul vieții o astfel de afecțiune este de

15% în lipsa unui istoric familial pozitiv. Deși terenul atopic (sensibilitatea) poate fi prezent, nu este obligatoriu să se și manifeste. Mediul înconjurător este, de asemenea, un alt factor important. Astfel, cu cât expunerea la un alergen specific este mai intensă, frecventă și timpurie, cu atât mai mult crește riscul de a dezvolta o alergie.

CUM SE PRODUCE O REACȚIE ALERGICĂ?

În mod normal, sistemul imunitar al organismului luptă împotriva invaziei agenților patogeni ca: bacterii, virusuri etc. Reacțiile alergice reprezintă un răspuns la o alarmă falsă. Când o persoană alergică intră în contact cu un alergen, sistemul imunitar tratează alergenul ca pe un invadator și este gata de atac. Cum? Generează o cantitate mare de anticorpi de tip IgE. Aceștia se fixează pe celulele sangvine mastocite, identificând substanțele alergene ca fiind periculoase. De la acest nivel au loc o serie de reacții care determină apariția simptomelor de tipul strănut, prurit (mâncărimi), lăcrimare, iritații etc.

PRINCIPALELE BOLI ALERGICE ȘI SIMPTOMELE LOR

Așa cum am precizat și mai sus, reacțiile alergice afectează în special ochii, mucoasa nazală, plămâni,

tegumentul și stomacul. Deși forma de manifestare a diverselor afecțiuni alergice poate fi diferită, toate apar în urma unui răspuns exagerat al sistemului imun la contactul cu alergeni în cazul persoanelor sensibile. Cele mai frecvente afecțiuni alergice sunt: rinita alergică, astmul bronșic, eczema și urticaria.

RINITA ALERGICĂ

Rinita alergică este cea mai frecventă afecțiune alergică și are incidență în general sezonală, fiind declanșată de polen. Rinita alergică permanentă este determinată de alergeni din casă ca: părul de animale, acarienii, sporii de mucegai etc. Simptomele se datorează inflamației mucoasei nazale în urma contactului cu alergeni inhalați. Tabloul clinic este dominat de: rinoree cu obstrucție nazală (secreție nazală abundentă cu nas înfundat), prurit nazal (mâncărime la nivelul nasului) și strănut.

ASTMUL BRONȘIC

Astmul bronșic este o afecțiune respiratorie ce apare ca urmare a inflamației cronice a căilor aeriene și se manifestă prin spasmul reversibil (complet sau parțial, cu sau fără tratament) al musculaturii netede de la nivel bronșic. Astmul este cel mai frecvent de tip alergic, dar nu întotdeauna. Manifestările clinice includ: dispnee, wheezing (respirație șuierătoare), tuse și senzația de constricție toracică.

ECZEMELE

Eczema sau dermatita atopică este reprezentată de apariția unei erupții alergice care de obicei nu este determinată de contactul direct al pielii cu alergenul și care se asociază cu rinita alergică sau astmul bronșic. Se manifestă prin: erupție sub formă de placarde roșiate uscate sau exudativ-zemuinde, localizate la nivelul feței, antebrățelor și în spatelul genunchilor, la copii, sau la nivelul trunchiului, la adult, și care este însoțită de prurit.

URTICARIA

Urticaria este o reacție alergică a organismului, exteriorizată pe tegumente, sub formă de plăci roșii, reliefate (ca placardele provocate de urzică), pruriginoase (dând mâncărimi); este însoțită de o stare de neliniște, agitație, insomnie, senzația de arsură la nivelul tegumentelor. Apare de obicei în urma ingestiei de alimente sau medicamente, dar poate apărea și la persoanele non alergice.

Diagnosticul unei alergii este stabilit de medicul alergolog pe baza anamnezei, tabloului clinic și examenului fizic. Acesta va efectua teste alergologice

care au ca scop depistarea alergenului implicat. Se folosesc în mod uzual două tipuri de teste: teste cutanate și teste sangvine. Testele cutanate se bazează pe folosirea unei doze mici de alergen, care se amplasează pe piele sau se injectează intradermic pentru a urmări dacă apare o reacție alergică locală. Sunt disponibile trei tipuri de teste cutanate: testul pick, testul intradermic și testul patch. Testele sangvine sunt teste indirecte, bazate pe detectarea în sânge a anticorpilor produși de organism ca răspuns față de un alergen specific. De fapt, acestea măsoară concentrația sangvină a anticorpilor de tip IgE față de alergene specifice.

TRATAMENTUL ALOPAT AL ALERGIILOR

Calea cea mai sigură pentru a scăpa de neplăceri este evitarea alergenului. Tratamentul antialergic este un tratament complex, care include terapie medicamentoasă (există medicamente antihistaminice care se iau preventiv sau pentru a ameliora simptomele) și nemedicamentoasă. Tratamentul medicamentos este prescris și administrat sub îndrumarea medicului alergolog și poate necesita control periodic în funcție și de tipul și severitatea afecțiunii alergice. De cele mai multe ori, pacientul alergic trebuie să-și schimbe stilul de viață. De exemplu: regim dietetic în cazul alergiilor alimentare, cu suprimarea alimentului incriminat sau doar bănuț. Modul de preparare al alimentelor este, de asemenea, important: de exemplu, prăjirea poate crește efectul alergizant al unor alimente (semințe, nuci, alune și mai ales arahide). Se vor evita deci prăjelile, răntășurile, cremele. De asemenea, se vor înlocui pernele de puf cu cele speciale, hipotalergice.

REMEDII HOMEOPATE

Homeopatia vine cu o soluție adecvată în întâmpinarea acestei patologii frecvente, constituind o armă redutabilă împotriva a tot ceea ce înseamnă hiper-reacție la alergeni.

Să vedem care sunt cele mai folosite remedii în rinitele alergice:

Allium – ceapa: în rinitele alergice cu secreții nazale apoase, abundente și foarte iritante (înroșesc și produc edemul mucoasei nazale), cu senzație de înțepătură/arsură la nivelul nasului, dar și al ochilor care lăcrimează.

Sabadilla: atunci când debutul este cu strănut violent și spasmodic, urmând eliminarea de secreții apoase și abundente. Fața este fierbinte și pleoapele roșii și arzătoare. Pielea este aspră și uscată. Este un remediu excelent pentru copiii cu parazitoze

intestinale care provoacă reacții alergice sau manifestări precum convulsii, tresăriri, tremurături.

Natrium Muriaticum: strănut violent și coriză apoasă care durează 1-3 zile. Răceli care încep cu strănut, pierderea mirosului și/sau gustului, cu uscăciune a buzelor, gurii și lăcrimare abundentă la tuse sau strănut.

În astmul alergic sunt indicate: Calcarea Carbonica, dacă astmul este declanșat de efort. Tuse seacă și frecventă ce apare în timpul alergării sau urcatului unor scări, urmată de dispnee (respirație dificilă) și wheezing (sunet ca un șuierat care se aude din piept).

Alergie la praf. Sulphur este unul din remediile de ales dacă astmul alergic a apărut la scurt timp după vindecarea unor erupții pe piele (tratate cu unguente și/sau cortizon). Arsenicum iodatum: la persoane care au pierdut mult în greutate, răcesc frecvent și criza de astm se declanșează între orele 23.00 – 2 a.m. Secrețiile sunt iritante și se poate asocia o rinită alergică permanentă.

În cazul alergiilor cu manifestare cutanată: Apis ch 30: pentru erupții pruriginoase (cu mâncărime)

sub formă de papule (mici umflături) eritematoase (roșiaticice) cu senzație de înțepătură – arsură și ameliorare la spălat cu apă rece. Este foarte util și după înțepăturile de albine, insecte diverse și mai ales în edemul Quincke – forma de alergie cu afectarea predominantă a feței (care este umflată și roșie) și a laringelui, a cărui mucoasă edemațiată poate provoca senzația de sufocare (pericol real).

Dulcamara ch 30, în cazul în care erupția apare pe suprafețele expuse la aer rece.

Nux vomica ch 30, în caz de eritem (înroșire) după antibiotice. De asemenea, în cazul urticariilor asociate cu tulburări gastrice (greață, vomă și pierderea apetitului).

În concluzie, afecțiunile alergice sunt o problemă de sănătate ce tinde să devină din ce în ce mai importantă pe măsură ce țările se industrializează crescând astfel și procentul persoanelor afectate.

Alergia este în esență o boală lumii moderne. Trebuie spus că mai există, totuși zone izolate din America de Sud sau Africa unde alergiile sunt practic inexistente.

