**Alergia – czy to choroba, której nie da się wyleczyć?**

**Alergia, czyli nadmierna, nieprawidłowa reakcja układu immunologicznego na występujące w środowisku substancje, określane jako alergeny, które w normalnych warunkach nasz organizm powinien tolerować, może rozwinąć się w zasadzie w każdym wieku. Chociaż mamy do dyspozycji różne możliwości leczenia, to nigdy nie ma gwarancji, że ją wyleczymy.**

Mimo to, właściwa terapia pozwala na wyeliminowanie jej objawów i normalne życie. Zaniedbanie może natomiast prowadzić do powikłań i dalszej ewolucji i postępowania choroby. Ta przypadłość dotyka coraz większej liczby osób w Polsce i na świecie, często jest przez to określana epidemią XXI wieku.

Program ECAP (Epidemiologia Chorób Alergicznych w Polsce) wskazał, że na alergię cierpi nawet 40 procent Polaków i najczęściej są to mieszkańcy wielkich miast. Aż 9-11 proc. z nas choruje na astmę, która rozwija się w rezultacie nieleczonej lub źle leczonej alergii, np. u osób z alergicznym nieżytem nosa. Alergiczny nieżyt nosa stwierdzono natomiast u 22-25 proc. osób, pokrzywkę – u 5-8 proc. badanych, a alergie pokarmowe – u 5-13 proc. Od 4 do 9 procent pacjentów ma objawy atopowego zapalenia skóry.

Zawsze trzeba leczyć, choć nie zawsze można całkowicie wyleczyć

Alergie pokarmowe dotyczą tylko i wyłącznie dzieci – mit. Mogą pojawić się w każdym wieku –fakt.

– Utożsamianie tej choroby tylko i wyłącznie z wiekiem dziecięcym czy niemowlęcym to błąd. Może zachorować maluch i dorosły, choć rzeczywiście częściej chorują dzieci. Objawem alergii pokarmowej u najmłodszych dzieci najczęściej są zmiany skórne, w postaci atopowego zapalenia skóry, czy objawy ze strony przewodu pokarmowego, rzadziej ze strony układu oddechowego czy innych narządów. Z wiekiem może dochodzić do tak zwanego marszu alergicznego i u starszych pacjentów częściej dominuje alergiczny nieżyt nosa i zapalenie spojówek, choroby dolnych dróg oddechowych - z astmą na czele – mówi Agata Zielińska, alergolog i pediatra współpracujący z Humana Medica OMEDA w Białymstoku.

Zdaniem specjalistki choroby alergiczne u najmłodszych dzieci trzeba leczyć, aby nie doszło do omawianego marszu alergicznego, no i przede wszystkim, aby zlikwidować lub zminimalizować te bardzo dokuczliwe i często niebezpieczne objawy.

Leczenie alergii pokarmowej polega na eliminacji produktów uczulających, wywołujących objawy chorobowe. Niestety nie ma skutecznych środków farmakologicznych, za pomocą których możemy wyleczyć pacjenta z alergią pokarmową i tylko znalezienie czynnika sprawczego i jego eliminacja może poprawić jakość życia, zarówno małego, jak i dużego alergika.

– Niestety nie można powiedzieć, że po przyjęciu opakowania leków nigdy więcej nie będę miał objawów alergicznych. Można doprowadzić do wyeliminowania objawów czy remisji choroby. W przypadku alergii wziewnej zaleca się odczulanie, które tak naprawdę jest jedyną metodą leczenia przyczynowego. Można i trzeba też stosować leki, gdy jesteśmy alergikami, aby nie mieć objawów chorobowych i móc w pełni normalnie funkcjonować, bez uciążliwych dolegliwości. Alergicy muszą zdawać sobie sprawę z tego, że tylko odpowiednio dobrane dla każdego chorego leczenie, czy to dietetyczne, czy farmakologiczne zapewni mu życie bez objawów choroby alergicznej, choć czasem nie jest to wcale łatwe i alergicy wymagają stałej opieki specjalistycznej, ze względu na ewolucję choroby, czy zmienność objawów w różnych okresach życia, czy nawet w zależności od zmieniających się pór roku – mówi specjalistka z Omedy.

Uczuleni na wszystko?

Bardzo często jest tak, że rodzice małych dzieci wychodzą z takiego założenia: zrobiliśmy testy, nic nie wykazały, więc nie ma alergii. Niestety nie jest to takie proste. Standardowe badania dotyczą najczęściej występujących, podstawowych alergenów pokarmowych i wziewnych i nie dotyczą wszystkich możliwych typów reakcji alergicznej i nie wszystko da się sprawdzić za pomocą badań. Najczęstsze alergeny pokarmowe, głównie u dzieci, to mleko, jaja, czy cytrusy, coraz częstsze są też reakcje na orzechy. Jednak są pacjenci uczuleni na przykład na marchewkę, czy inne produkty, które przez większość z nas są dobrze tolerowane i nie wywołują reakcji alergicznej.

– Problem polega też na tym, że możemy być uczuleni niemal na wszystko, ale nie na wszystko można zrobić badania i w prosty sposób znaleźć odpowiedź na pytanie, co wywołuje u nas objawy chorobowe. Przyczyny alergii często można jednak ustalić, ale zawsze jest to efekt wspólnej pracy z pacjentami lub ich rodzicami– mówi Agata Zielińska.

Co powinno zaniepokoić rodziców małych dzieci?

Na pewno nieprawidłowe stolce, np. biegunka, z domieszką śluzu czy żyłkami krwi, wymioty, zmiany na skórze- nasilona suchość, rumień i świąd czy zmiany wyglądem przypominające poparzenie przez pokrzywę, częsty katar głównie bez infekcji, czasem w połączeniu z zapaleniem spojówek, świąd nosa i oczu, problemy z oddychaniem w postaci duszności, często występujący kaszel bez towarzyszących objawów chorób infekcyjnych, czy występujący w ściśle określonych okolicznościach, np. po wysiłku fizycznym, czy po kontakcie z określonymi alergenami.

Podsumowując: po ustaleniu, co jest przyczyną choroby alergicznej (wywiad lekarski, badanie pacjenta, dodatkowe badania diagnostyczne), niezbędne jest włączenie odpowiednio dobranego dla każdego pacjenta leczenia, w zależności od diagnozy, czy to dietetycznego, czy farmakologicznego.

Jeżeli mamy pacjenta z alergią pokarmową należy pamiętać, że alergeny występują obecnie także w wielu produktach przetworzonych, dlatego osoby dorosłe i rodzice dzieci z alergią pokarmową czy mamy karmiące piersią muszą niestety dokładnie czytać etykiety! Jeżeli pacjent ma za sobą wstrząs anafilaktyczny, czyli najbardziej niebezpieczny, zagrażający życiu zespół objawów choroby alergicznej, musi mieć zawsze przy sobie ratującą życie ampułkostrzykawkę z adrenaliną przepisaną przez prowadzącego lekarza.