

# Τι είναι η αλλεργία; Πώς εκδηλώνεται μια αλλεργική αντίδραση; Πώς αντιμετωπίζεται;

Πώς εκδηλώνεται μια αλλεργική αντίδραση;

του Ξενοφώντα Τσούκαλη, M.D., [medlabnews.gr](http://medlabnews.gr)

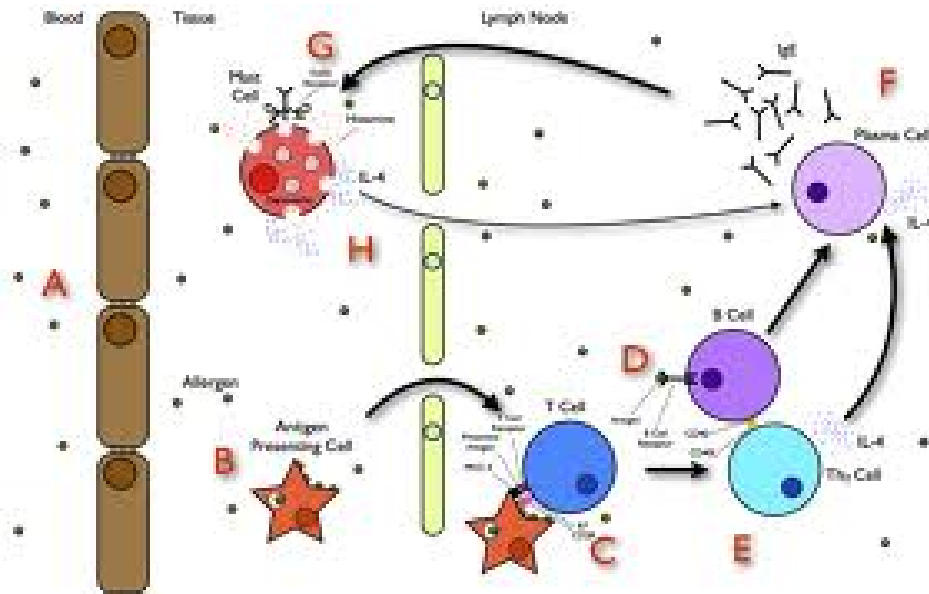
Στην αλλεργία παθολογικές καταστάσεις όπως το άσθμα, η ρινίτιδα, η κνίδωση, η αναφυλαξία, εκδηλώνονται ως αποτέλεσμα υπερευαισθησίας του οργανισμού σε ουσίες του περιβάλλοντος που ονομάζονται αλλεργιογόνα.

Τις τελευταίες δεκαετίες καταγράφεται παγκόσμια ραγδαία αύξηση των αλλεργικών αντιδράσεων, με αποτέλεσμα να επηρεάζεται η ποιότητα ζωής αρκετών ανθρώπων και σε ακραίες καταστάσεις να κινδυνεύει ακόμα και η ίδια η ζωή τους. Υπολογίζεται δε ότι το 25-30% του πληθυσμού παγκόσμια υποφέρει από αλλεργίες. Η λέξη αλλεργία είναι σύνθετη και προέρχεται από τον συνδυασμό των λέξεων «άλλο + έργο». Ο πρώτος που πρότεινε τον όρο αυτό ήταν ο Αυστριακός παιδίατρος **Clemens von Pirquet**, ο οποίος παρατήρησε το 1905 ότι κατά την επαναχορήγηση ετερόλογων ορών, ορισμένα άτομα αντί **ανοσία** εμφάνιζαν **ορονοσία**. Δηλαδή, το ανοσοποιητικό τους σύστημα αντί να εμφανίζει τη φυσιολογική δραστηριότητα για την οποία έχει ταχθεί από τη φύση, να εμφανίζει δηλαδή **φύλαξη** του οργανισμού (ανοσία), εμφάνιζε α - φύλαξη (αναφυλαξία) δηλαδή άλλο έργο (αλλεργία).



Πώς εκδηλώνεται μια αλλεργική αντίδραση

Ως αλλεργία χαρακτηρίζεται κάθε ανώμαλη ή υπερβολική αντίδραση (υπερευαισθησία) του ανοσοποιητικού συστήματος του οργανισμού σε ουσίες οι οποίες υπό φυσιολογικές συνθήκες ΔΕΝ είναι επικίνδυνες ή βλαβερές για τον οργανισμό όπως, γύρεις δένδρων και φυτών, πρωτεΐνες τροφίμων κλπ. Οι ουσίες αυτές μπορεί να εισέλθουν στο σώμα μέσω της εισπνοής, της κατάποσης, ή με την επαφή στο δέρμα. Οι ουσίες που προκαλούν αυτές τις αντιδράσεις ονομάζονται **αλλεργιογόνα**.



Πώς εκδηλώνεται μια αλλεργική αντίδραση

## Ο μηχανισμός δράσης σε μια αλλεργική αντίδραση

Ο μηχανισμός των αλλεργικών αντιδράσεων χωρίζεται σε δύο διαδοχικές φάσεις: τη φάση της ευαισθητοποίησης, κατά την οποία το ανοσοποιητικό σύστημα αναγνωρίζει την ουσία ως αλλεργιογόνο. Έπειτα όταν ο οργανισμός έρθει σε επαφή και πάλι με το αλλεργιογόνο, η αλλεργική φάση ενεργοποιείται.

Η αλλεργία μπορεί να επηρεάσει τα μάτια, το δέρμα και τις αναπνευστικές οδούς, όπως τη μύτη ή τους βρόγχους.

### Η φάση της ευαισθητοποίησης

- Όταν το αλλεργιογόνο έρχεται σε επαφή για πρώτη φορά με το σώμα (για παράδειγμα, αφού έχει εισπνευθεί ή καταποθεί), είναι αναγνωρισμένο από έναν ειδικό τύπο λευκών αιμοσφαιρίων: τα μακροφάγα. Αυτά τα κύτταρα

βρίσκονται σε μεγάλους αριθμούς στο δέρμα και στις βλεννώδεις μεμβράνες και αποτελούν μέρος της πρώτης γραμμής άμυνας του ανοσοποιητικού συστήματος.

- Αυτά τα μακροφάγα δίνουν πληροφορίες για αυτή την πρώτη επαφή του σώματος με το αλλεργιογόνο σε έναν άλλο τύπο λευκών αιμοσφαιρίων: τα Β' κύτταρα. Αυτά τα Β' λεμφοκύτταρα στη συνέχεια μετατρέπονται σε πλασματοκύτταρα που παράγουν μεγάλες ποσότητες του είδους των αντίσωματων το οποίο έχει την τελική ευθύνη για την αλλεργική αντίδραση, Τύπου Ε' ανοσοσφαιρίνη (IgE). Αυτά τα μόρια IgE είναι ειδικά για ένα συγκεκριμένο αλλεργιογόνο και βρίσκονται μόνο σε άτομα που είναι αλλεργικά στη συγκεκριμένη ουσία.
- Τα IgE αντισώματα γρήγορα βρίσκουν το δρόμο τους στην κυκλοφορία του αίματος και δεσμεύονται με κύτταρα που ονομάζονται μαστοκύτταρα που βρίσκονται στο δέρμα και στις βλεννώδεις μεμβράνες. Περιέχουν έναν μεγάλο αριθμό κόκκων και αναλαμβάνουν το έργο της σύλληψης του αλλεργιογόνου όταν ξαναέρθει σε επαφή με το σώμα.
- Την ίδια στιγμή, η «μνήμη» της πρώτης επαφής μεταξύ του αλλεργιογόνου και το σώματος, αποθηκεύονται για ένα εξαιρετικά μεγάλο χρονικό διάστημα (έως και πολλά χρόνια) από μια άλλη ομάδα κυττάρων του ανοσοποιητικού συστήματος που ονομάζονται λεμφοκύτταρα "Μνήμης" Τ'. Αυτή η πρώτη φάση είναι σιωπηλή, δηλαδή, το άτομο που ευαισθητοποιείται σε ένα αλλεργιογόνο δεν αισθάνεται κάποιο ιδιαίτερο σύμπτωμα. Τα αλλεργικά συμπτώματα (όπως η καταρροή, κόκκινα, υγρά μάτια, δυσκολία στην αναπνοή, ερυθρότητα και κνησμός του δέρματος) δεν ενεργοποιούνται μέχρι την επόμενη επαφή, έστω και αν είναι μετά από μια πολύ μεγάλη περίοδο.

## **Η φάση της αλλεργικής αντίδρασης**

Κατά τη δεύτερη επαφή μεταξύ των αλλεργιογόνων και το «ευαισθητοποιημένο» άτομο, τα IgE αντισώματα και τα mastocytaria αναλαμβάνουν δράση. Η απευθείας σύλληψη του αλλεργιογόνου, οδηγεί σε απελευθέρωση μικρών κόκκων που περιέχουν χημικές ουσίες. Μεταξύ άλλων, αυτοί οι κόκκοι περιέχουν ισταμίνη, η οποία παίζει βασικό ρόλο στην αλλεργική αντίδραση, δεδομένου ότι είναι υπεύθυνη για τα συμπτώματα (ρινίτιδα, άσθμα, κνίδωση, κλπ).

Η πληροφορία σχετικά με αυτή τη δεύτερη επαφή μεταδίδονται σε όλο το σώμα, η οποία οδηγεί σε επιδείνωση του αλλεργικού φαινομένου.



Πώς εκδηλώνεται μια αλλεργική αντίδραση

## Ποιες ουσίες προκαλούν αλλεργίες;

Οι ουσίες που προκαλούν αλλεργικές αντιδράσεις λέγονται **αλλεργιογόνα** και αυτά μπορεί να είναι **Τροφικά ή Περιβαλλοντικά**.

Στα συχνότερα τροφικά αλλεργιογόνα που εμπλέκονται στις αλλεργίες συμπεριλαμβάνονται τα γαλακτοκομικά προϊόντα, αυγά, ξηροί καρποί, οστρακοειδή, δημητριακά, φράουλες, ντομάτα, σόγια κλπ.

Στα δε συχνότερα περιβαλλοντικά αλλεργιογόνα συμπεριλαμβάνονται οι γύρεις των φυτών και δένδρων, γρασίδια, ακάρεα σκόνης σπιτιού, μύκητες, δηλητήρια εντόμων και κατοικίδια ζώα.

Παράγοντες που συμβάλλουν στην εκδήλωση μίας αλλεργικής αντίδρασης θεωρούνται οι πιο κάτω:

Οι **λοιμώξεις** του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος, όπως η ιγμορίτιδα αλλά και τα κρυολογήματα.

Οι **καιρικές συνθήκες**, όπως η απότομη αλλαγή της θερμοκρασίας, ο κρύος αέρας και η υγρασία.

Η **ατμοσφαιρική ρύπανση** εσωτερικού και εξωτερικού χώρου όπως καυσαέρια, ρύποι εργοστασίων και αυξημένη χρήση κλιματιστικών συσκευών.

Η **διατροφή**, όπου πέραν των συγκεκριμένων τροφικών αλλεργιογόνων στα οποία το άτομο παρουσιάζει αλλεργία, επιπρόσθετα μία κακή διατροφή μπορεί να επιτείνει το πρόβλημα. Οι τροφές που καταναλώνουμε έχουν αλλάξει τα τελευταία χρόνια τόσο όσον αφορά τη σύσταση, τη συντήρηση και την επεξεργασία τους με την προσθήκη διαφόρων ουσιών, όπως συντηρητικών, χρωστικών και των διαφόρων πρόσθετων (τα γνωστά E) των τροφίμων καθώς και την πρόσθεση των γενετικώς τροποποιημένων

τροφίμων. Επιπλέον, θα πρέπει να διευκρινιστεί στην περίπτωση αυτή κατά πόσον πρόκειται για Τροφική Αλλεργία (αντισώματα IgE) ή Τροφική Δυσανεξία (αντισώματα IgG)

Διάφορες **χημικές ουσίες**, όπως απορρυπαντικά, σπρέι, διάφορα καλλυντικά και αρώματα, καθώς και οι σκόνες στο περιβάλλον και οι οσμές της κουζίνας.

Το **κάπνισμα**, όπου το παθητικό κάπνισμα ευθύνεται για την εκδήλωση αλλεργίας και βρογχικού άσθματος σε μεγάλο αριθμό παιδιών.

Διάφοροι **ψυχολογικοί παράγοντες**, όπως είναι οι έντονες συγκινήσεις, η υπερβολική χαρά και λύπη, ο θυμός και το άγχος.

Η «**υπόθεση της υγιεινής**», η οποία ξεκίνησε στο τέλος της δεκαετίας του 80 και υποστηρίζει ότι τα σημερινά παιδιά, επειδή έχουν μειωμένες πιθανότητες μικροβιακών λοιμώξεων στα πρώτα χρόνια της ζωής τους, λόγω της βελτίωσης του βιοτικού επιπέδου, έχουν αυξημένες πιθανότητες να εμφανίσουν αλλεργία επειδή το ανοσοποιητικό τους σύστημα δεν αναπτύσσεται φυσιολογικά και «εκπαιδεύεται» να αντιδρά με «αλλεργικό τρόπο», δηλαδή να παράγει τα IgE αντισώματα, αντί τα αντισώματα IgG όπως στην περίπτωση της επαφής με τα μικρόβια.

Ο **μητρικός θηλασμός** θεωρείται ότι δρα προστατευτικά στην εκδήλωση αλλεργικών παθήσεων. Οι σημερινές μητέρες έχουν ελάχιστο χρόνο και παρά τις καλές προθέσεις δεν θηλάζουν τα παιδιά τους τόσο όπως γινόταν σε παλαιότερες εποχές.

## **Συμπτώματα**

Οι αλλεργικές αντιδράσεις είναι άμεσες, εκδηλώνονται δηλαδή μέσα σε **μερικά λεπτά μέχρι και 2 περίπου ώρες** από την επαφή με το αλλεργιογόνο. Η δράση του ανοσοποιητικού συστήματος εκδηλώνεται με ένα ευρύ φάσμα κλινικών συμπτωμάτων με ποικίλη ένταση και περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων εξανθήματα, οιδήματα, φαγούρα, κνίδωση, έκζεμα, δερματίτιδα, επιπεφυκίτιδα, κοκκινισμένα και ερεθισμένα μάτια, άσθμα, ρινίτιδα, δύσπνοια, βήχας, φτάρνισμα, μπούκωμα, καταρροή, αγγειοοίδημα, ναυτία, εμετός και διάρροια, ενώ σε σοβαρότερες περιπτώσεις μπορεί να προκαλέσουν ακόμη και αναφυλαξία (αναφυλακτικό σοκ), η οποία είναι μία γενικευμένη αντίδραση στην οποία συμμετέχουν πολλά ζωτικά όργανα του οργανισμού.

### **Διάγνωση**

Μετά από προσεκτική παρατήρηση και λήψη στοιχείων που βασίζονται στο ιστορικό του ασθενούς, υπάρχουν συγκεκριμένες διαδικασίες διάγνωσης, για την ανεύρεση του αιτιολογικού αλλεργιογονικού παράγοντα με πιο διαδεδομένη τις δερματικές δοκιμασίες ή αλλεργ. tests που γίνονται μόνο από ειδικούς αλλεργιολόγους, μία αξιόπιστη, ασφαλή και ταχεία μέθοδο διάγνωσης των περισσότερων αλλεργικών παθήσεων. Με τη μέθοδο αυτή μπορεί να βρεθεί το συγκεκριμένο αλλεργιογόνο ώστε ο ασθενής π.χ. στην περίπτωση της αλλεργικής ρινίτιδας γνωρίζοντας την ακριβή ανθοφορία του αλλεργ. παράγοντα, αν πρόκειται για γύρη φυτού ή δέντρου να μπορεί να ξεκινήσει εγκαίρως προφύλαξη ώστε να μπορεί να απολαύσει χωρίς προβλήματα την ωραιότερη εποχή του χρόνου, την άνοιξη. Σε συγκεκριμένες δε περιπτώσεις μπορεί να ακολουθήσει και ειδική θεραπεία απευαισθητοποίησης (υπό αυστηρές προϋποθέσεις) για την οριστική λύση του προβλήματός του.





Πώς εκδηλώνεται μια αλλεργική αντίδραση

## **Θεραπεία**

### **Απομάκρυνση – αποφυγή αλλεργιογόνου**

Εφ' όσον διαγνωσθεί το αίτιο (αλλεργιογόνο), η απομάκρυνση και η αποφυγή του είναι το πιο αποτελεσματικό μέτρο αλλά δεν είναι πάντοτε εφικτό. Σε κάποιες περιπτώσεις η πλήρης αποφυγή του αλλεργιογόνου είναι αδύνατη (π.χ. αερομεταφερόμενες γύρεις), ενώ σε άλλες περιπτώσεις η απομάκρυνση του αλλεργιογόνου μπορεί να δημιουργήσει μεγαλύτερα προβλήματα από όσα καλείται να λύσει (π.χ. απομάκρυνση αγαπημένων κατοικίδιων ζώων). Συχνά όμως είναι δυνατή η πλήρης αποφυγή του αλλεργιογόνου ή τουλάχιστον η μείωση της έκθεσης σ' αυτό (π.χ. αποφυγή συγκεκριμένων τροφίμων, απορρυπαντικών, λήψη μέτρων για μείωση του επιπέδου των ακάρεων της οικιακής σκόνης).

### **Φαρμακευτική αγωγή**

Σήμερα υπάρχουν διαθέσιμα αρκετά αποτελεσματικά φάρμακα για τις αλλεργίες, η σωστή χρήση των οποίων εξασφαλίζει, στις περισσότερες περιπτώσεις, έλεγχο των συμπτωμάτων και άριστη ποιότητα ζωής. Τα κυριότερα φάρμακα είναι, αντισταμινικά, αποσυμφορητικά, βρογχοδιασταλτικά, αντιφλεγμονώδη, αδρεναλίνη και ανοσοθεραπεία (αντί- IgE θεραπεία). Η μέθοδος της ανοσοθεραπείας στοχεύει στο αίτιο της αλλεργίας, δηλαδή το υπεύθυνο αλλεργιογόνο. Αυτή τροποποιεί την αντίδραση του ανοσοποιητικού συστήματος, με ειδικά «αλλεργικά εμβόλια», ώστε να μην εκλαμβάνει πλέον τις αλλεργιογόνους ουσίες ως απειλητικές και να μην υπεραντιδρά σε αυτές με τα γνωστά αλλεργικά συμπτώματα.

Πηγή: [https://medlabgr.blogspot.com/2013/04/blog-post\\_3.html#ixzz6GBJFWtso](https://medlabgr.blogspot.com/2013/04/blog-post_3.html#ixzz6GBJFWtso)