

Fakty i mity o alergii

Im mniejszą wiedzę posiadamy na temat danej choroby, tym więcej mitów narasta wokół jej objawów, diagnozowania oraz samego leczenia. Problem ten dotyczy alergii, bo choć schorzenie to jest bardzo popularne, to wciąż wiele osób ma wątpliwości co do objawów, terapii czy samego dziedziczenia choroby. Wspólnie z ekspertami programu „Zdrowa Ona” – prof. dr hab. n. med. Bolesławem Samolińskim oraz lek. med. Magdaleną Piórkowską postaramy się uściślić co jest prawdą, a co mitem dotyczącym alergii.

Człowiek rodzi się z alergią. MIT!

Oczywiście zdarza się, że alergija rozwija się w wieku niemowlęcym. Tak jest np. w przypadku alergii pokarmowych. Dotyka ona znacznie częściej dzieci niż osób dorosłych i faktycznie dziecko może być alergikiem od bardzo wczesnego okresu swojego życia. Natomiast zazwyczaj alergikami stajemy się w nieco późniejszym wieku, kiedy nasz organizm zaczyna reagować na pewne alergeny w sposób przesadnie silny – tłumaczy ekspert programu „Zdrowa Ona” prof. dr hab. n. med. Bolesław Samoliński, alergolog.

Nie można nagle stać się uczulonym na produkt, który stosuje się od lat. MIT!

Można. Nasz organizm w każdej chwili może zareagować alergią np. na krem, który do tej pory nam służył i był wręcz idealny dla naszej skóry, jak również na leki czy ulubione potrawy. Jeżeli organizm po zetknięciu z jakąś substancją zaczyna reagować na nią uczuleniem, to przy następnym kontakcie z danym czynnikiem będzie reagował podobnie, mimo iż wcześniej nic na to nie wskazywało.

Nietolerancja pokarmowa to to samo, co alergija. MIT!

Krowie mleko może wywołać alergię, ale też organizm ludzki może go nie tolerować. W Polsce ok. 20–25% dorosłych osób nie trawi mleka, z powodu braku enzymu rozkładającego cukier zawarty w mleku – laktazy. Ich organizm nie toleruje mleka, lecz to nie oznacza, że są alergikami. Różne mogą być objawy, różny jest także mechanizm powstania i sposoby leczenia tych chorób. Z alergii na mleko część dzieci wyrasta. Niektórzy ludzie przez całe życie z powodu braku laktazy mleka nie tolerują. Tendencja ta wzrasta wraz z wiekiem. Z kolei celiakia to choroba o podłożu genetycznym, charakteryzująca się nietolerancją glutenu, ale nie jest to alergija – wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Bolesław Samoliński.

Alergie to choroby w zupełności dziedziczone. MIT!

Istnieją poszlaki wskazujące na istotny wpływ genów na powstanie alergii – szacuje się, że od 40% do 80% chorych odziedziczyło skłonności alergiczne po swoich przodkach. Istnieje również prawdopodobieństwo, iż wszyscy ludzie mają genetyczną skłonność do alergii, jednak nie u wszystkich osób kończy się ona chorobą.¹ Prawdą jest, iż geny ponoszą dużą odpowiedzialność za choroby alergiczne, jednak warto pamiętać, że nie dziedziczymy samej choroby, lecz jedynie skłonność do niej, a geny zmieniają swoje

¹ Informacja ze strony Polskiego Towarzystwa Alergologicznego

właściwości pod wpływem czynników środowiskowych, jak wynika z ostatnich badań epigenetycznych.

Jeśli choć jedno z rodziców cierpi na alergię, to uczulenia występują znacznie częściej u dzieci. Prawdopodobieństwo zachorowania wynosi wtedy 20-40%. Gdy oboje rodzice są alergikami, ryzyko pojawienia się uczulenia u dziecka jest dwukrotnie wyższe. Co ważne – symptomy alergii mogą być u każdego z członków rodziny inne - u jednego wystąpi katar sienny, drugi zachoruje na astmę. Inne przyczyny to dbałość o higienę i czystość otoczenia czy stosowanie antybiotyków – dodaje prof. Samoliński.

Nawet jedna tabletkę dziennie wystarcza, aby zwalczyć objawy alergii. FAKT!

Mimo, że alergie należą do schorzeń bardzo uciążliwych, mają wiele objawów i bywają bardzo męczące, wystarczy zażywać jedną tabletkę dziennie, aby zwalczyć jej objawy. *Tak jest w przypadku niektórych leków przeciwhistaminowych zawierających lewocetyryzynę, które przyjmowane raz w ciągu dnia, w przypadku leczenia alergicznego zapalenia błony śluzowej nosa (w tym przewlekłego zapalenia błony śluzowej nosa) oraz przewlekłej idiopatycznej pokrzywki, znacznie poprawia komfort życia pacjenta. Przeświadczenie, że musimy łykać kilka tabletek i to o określonej porze dnia, jest jak najbardziej nieprawdziwe – komentuje dr hab. n. med. Bolesław Samoliński.*

Alergia jest chorobą. FAKT!

Wiele osób bagatelizuje ten problem, uznając, że katar czy częste kichanie wiosną to zupełnie naturalna rzecz. A jeśli sytuacja powtarza się co roku to tym bardziej powinno to niepokoić.

Jeśli nie rozumiemy swoich dolegliwości, są one uciążliwe i nawracają przez długi czas należy udać się do lekarza pierwszego kontaktu, który pomoże nam rozwiązać wątpliwości i wskaże dalsze leczenie i postępowanie. Proszę pamiętać, że objawy takie jak katar, kaszel, częste kichanie czy też łzawienie, jeśli przebiegają bez gorączki i powtarzają się cyklicznie o określonej porze roku, świadczą o alergii, a nie o przeziębieniu. Alergii więc nie można bagatelizować. Nieleczona, może być przyczyną przewlekłych i poważnych chorób układu oddechowego (np. astma oskrzelowa), układu pokarmowego (zaburzenia wchłaniania, zespoły niedoborowe np. witamin), przewlekłe i uciążliwe zmiany skórne, zaburzenia odporności (np. nawracające infekcje). – dodaje ekspert programu „Zdrowa Ona” lek. med. Magdalena Maria Piórkowska, internista.