

Alergia – epidemia XXI wieku

28 kwietnia 2012

W ostatnich latach częstość występowania alergii na świecie wzrasta dramatycznie, a zjawisko to dotyczy zarówno krajów rozwiniętych, jak i rozwijających się. Wzrasta także liczba przypadków hospitalizacji z powodu alergii. Czy jest to cena jaką płacimy za cywilizacyjny postęp?

„Alergia” to w dosłownym znaczeniu „odmienna reakcja” (z greckiego allos – inny + ergos – reakcja). Alergię definiujemy jako immunologiczną reakcję tkanek na alergen, podczas której powstają przeciwciała. – Alergia może dotyczyć wielu narządów i mieć przebieg od łagodnego (łzawienie, katar) do najbardziej dramatycznego, czyli wstrząsu anafilaktycznego. – Często pacjenci wiążą objawy alergii ze stanem obniżonej odporności immunologicznej. Tymczasem jest odwrotnie. Alergia jest bowiem nadmierną, lecz patologiczną, odpowiedzią układu odpornościowego na alergeny znajdujące się w naszym środowisku lub pożywieniu. – mówi dr n. med. Marzenya Gajewska, alergolog z centrum medycznego ENEL-MED.

EPIDEMIA ALERGII

Według danych WAO (World Allergy Organization) 30-40 proc. populacji na świecie cierpi z powodu alergii. Z czego około 300 mln ludzi choruje na astmę oskrzelową. Naukowcy australijscy informują, że w ostatniej dekadzie podwoiła się liczba hospitalizacji spowodowanych alergiami pokarmowymi. Nie wiadomo, co dokładnie jest tego przyczyną. Na pewno ma to związek ze stylem i trybem życia współczesnego człowieka w krajach rozwiniętych, ponieważ ludzie mieszkający w krajach bardziej zacofanych cywilizacyjnie i gospodarczo nie wykazują tak wielkiej podatności na alergię. W Wielkiej Brytanii czy Francji odsetek alergików jest znacznie wyższy niż na przykład w Indonezji.

Tendencja wzrostowa w zachorowalności na alergię widać w rosnących nakładach finansowych na jej leczenie – np. w USA w 2007 roku sumaryczne koszty spowodowane chorobami alergicznymi wyniosły ponad 40 miliardów dolarów i z roku i na rok wynosi coraz więcej. Jak jest w Polsce?

Wyniki programu „Epidemiologia chorób alergicznych w Polsce” wskazują, że prawie u co drugiego Polaka można wykryć alergię na alergen powszechny (tzw. alergen powietrzno-pochodny). Co znaczy, że 1/3 naszego społeczeństwa ma objawy zapalenia błony śluzowej górnych dróg oddechowych, 1/4 alergię nosa, a ok. 12 proc. – rozpoznaną astmę oskrzelową. Zestawienie badań z ostatnich 20 lat pokazuje szybki wzrost zachorowań na choroby alergiczne, a prognozy – dalszy postęp w tej dziedzinie.

Skąd bierze się alergologia? Współczesna nauka nie dała jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, co jest powodem alergii. Istnieje kilka hipotez, które mają jeden wspólny mianownik – do alergii przyczynia się kilka czynników, które współistnieją ze sobą – chodzi głównie o uwarunkowania genetyczne, zakażenia, żywienie czy styl życia.

Jak powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, zwiększona ilość zachorowań na astmę i alergię ma związek z wpływami środowiskowymi w naszym regionie, jak i z czynnikami cywilizacyjnymi.

Specjaliści są zdania, że jedną z przyczyn jest nadmierna dbałość o higienę. Lekarze uważają, że kontakt z zarazkami i brudem w młodszych latach jest istotny, a nadmiar higieny prowadzi do zaburzenia rozwoju mikroorganizmów korzystnych dla prawidłowego działania naszego układu odpornościowego. Dowodem mogą być szwajcarskie badania, które wykazały, że na terenach wiejskich, bliskość obory zmniejsza ryzyko alergii. Podobną rolę spełniają zwierzęta domowe – pod warunkiem, że były w domu przed pojawieniem się dziecka, bo gdy zostają tam sprowadzone później, same mogą być przyczyną alergii. – Zaczęliśmy żyć zbyt sterylnie. Higiena sprawia, że nie ma

naturalnych bodźców ze środowiska w postaci różnych bakterii, niekoniecznie chorobotwórczych, które mogłyby pobudzać układ odpornościowy do prawidłowego działania – tłumaczy prof. Samoliński.

Zdaniem dr n. med. Marzeny Gajewskiej na zwiększoną zachorowalność ma wpływ wyeliminowanie większości chorób zakaźnych przez szczepienia ochronne i działania profilaktyczne, co prowadzi do zmian w układzie białokrwinkowym i sprzyja występowaniu chorób alergologicznych.

Najnowsze badania wskazują na jeszcze jeden czynnik – według specjalistów częste spożywanie mięsa, cukru i tłuszczów obniża liczbę zdrowych bakterii w naszym organizmie, co może sprzyjać występowaniu alergii.

DŁUGA LISTA ALERGENÓW

Ze względu na pochodzenie, alergeny można podzielić na: pokarmowe, kontaktowe i wziewne. W zależności od tego jak silnie działają, wyróżniamy alergeny główne (wywołują reakcję alergiczną u ponad połowy danej grupy) i słabe. Najczęstsze alergeny wziewne to roztocza, pyłki roślin – drzew, traw, zbóż, chwastów, zarodniki grzybów pleśniowych (gł. *Alternaria*, *Cladosporium*) i sierść zwierząt (głównie psa i kota). Wśród pokarmowych dominują: mleko krowie, jajka, jabłka, truskawki, banany i owoce cytrusowe. Kontaktowo najczęściej alergizują: nikiel, chrom, bazalt i lateks. Ponadto ok. 3% populacji uczulonej jest na jad owadów błonkoskrzydłych (osa, pszczoła, szerszeń). Uczulać mogą także substancje chemiczne. W tej grupie znajduje się wiele leków, które mogą wywołać reakcję alergiczną (najczęściej są to niesterydowe leki przeciwzapalne, tzw. NLPZ i antybiotyki). Alergeny pokarmowe dominują w okresie niemowlęcym i wczesnodziecięcym, a rola alergenów wziewnych wzrasta z wiekiem. Stąd u starszych dzieci i dorosłych są one główną przyczyną choroby.

ALERGIA KRZYŻOWA

Między pyłkami i pokarmami często dochodzi do reakcji krzyżowych. Osoba uczulona na pyłek brzozy, która jesienią (poza sezonem pylenia) toleruje czekoladę, w okresie pylenia brzozy, po spożyciu tej samej czekolady, doznaje reakcji alergicznej na zawarte w niej śladowe ilości alergenów – orzechów. Wskutek pokrewieństwa biochemicznego różnych substancji, nawet pierwszy kontakt z odpowiednim alergenem krzyżowym może u alergika wywołać reakcje alergiczne. W tym przypadku mówi się o reakcji krzyżowej – do reakcji prowadzi alergen inny, niż ten, który wywołał uczulenie. Najczęstsze objawy to pokrzywka i obrzęk naczynioruchowy.

ALERGIA – ROZKŁAD JAZDY

W Polsce sezon pylenia roślin uczulających rusza pod koniec stycznia i trwa nieprzerwanie do końca września. W pierwszej kolejności zaczynają pylić drzewa – z początkiem roku leszczyna i olcha. W kwietniu w powietrzu unoszą się pyłki brzozy. Drzewa liściaste pylą z reguły do połowy maja, kiedy kwitną dęby. Pod koniec maja bowiem, zaczynają uczulać pyłki traw (w tym zbóż). W sierpniu i wrześniu dominują pyłki bylicy, najbardziej powszechnego, a zarazem najbardziej uczulającego chwastu w Polsce. Oprócz pyłków roślin, od początku wiosny do końca jesieni, w powietrzu znajdują się zarodniki grzybów pleśniowych.

Pylenie drzew i krzewów najwcześniej rozpoczyna się w południowo-zachodniej części Polski. Po 10-14 dniach pyłki fruwać już w całym kraju.

Okazuje się, że nasilenie objawów alergicznych zależy także od położenia geograficznego. – Pobyt nad morzem (gdzie szata roślinna jest uboga, a otwarty zbiornik wodny powoduje niskie stężenie pyłków) przynosi alergikom uczulonym na pyłki roślin ulgę – mówi dr n. med. Marzena Gajewska.

W MIASTACH JEST NAJGORZEJ

Badania epidemiologiczne wskazują też wyraźnie, że choroby alergiczne to problem przede wszystkim ludności miast. W Warszawie astma jest dwa razy częstsza niż na polskich wsiach (22 proc. wobec 11,4 proc.). Jak mówił podczas konferencji z okazji „Światowego Tygodnia Alergii” prorektor Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego prof. Marek Kulus, w zależności od regionu i płci, objawy alergii deklaruje nawet 40 procent respondentów, stany zapalne błony śluzowej nosa występują u ponad 35 procent populacji niektórych wielkich miast, alergiczny nieżyt nosa – u 25 procent, rozpoznana astma – u 10 procent. Interesujące jest natomiast to, że na wsi u dzieci odnotowuje się nieco więcej atopowego zapalenia skóry (10,2 proc. w mieście vs 11,9 proc. na wsi).

Plagą XXI wieku nazwał prof. Bolesław Samoliński alergiczny nieżyt nosa. W Szwajcarii w 1926 roku niespełna 1 proc. populacji borykało się z tym problemem, na początku lat 90. – już około 14 proc. społeczeństwa. Prof. Samoliński wyliczał: około 13 mln Polaków cierpi na alergię, z astmą zmagają się 1,5 mln mieszkańców Polski, objawy astmy występują u 4 mln, atopowe zapalenie skóry – u 2,5 mln osób w Polsce. Najwięcej przypadków alergicznego nieżytu nosa odnotowuje się w województwach: pomorskim, dolnośląskim, mazowieckim i wielkopolskim.

Taka częstość występowania chorób alergicznych powoduje olbrzymie skutki ekonomiczne i społeczne. Tym istotniejsze staje się ich leczenie. – Ci pacjenci mają prawo do życia wolnego od objawów – mówi prof. Marek Jutel z Akademii Medycznej im. Piastów Śląskich we Wrocławiu. W leczeniu dużą skutecznością odznacza się metoda stosowana od 100 lat, jednak z uwagi na ciągłe jej doskonalenie – bardzo innowacyjna, czyli immunoterapia. Polega ona na podawaniu uczulonemu pacjentowi wzrastających dawek alergenu, przez co układ odpornościowy uczy się z nim postępować. Stosowanie immunoterapii zmniejsza koszty leczenia chorób alergologicznych i zapobiega powikłaniom.

– W przypadku chorych uczulonych na jad owadów błonkoskrzydłych to jedyna metoda, która zabezpiecza ich przed dramatycznymi reakcjami wstrząsowymi – podkreślił. Dodał, że tradycyjna farmakoterapia przede wszystkim usuwa objawy, natomiast immunoterapia zapobiega rozwojowi choroby.

Niestety, jedynie u 20 proc. pacjentów stosowana jest immunoterapia, choć 90 proc. ma wykonywane testy wykrywające alergen, które ich uczulają. Choć nie wszyscy pacjenci mogą być zakwalifikowani do immunoterapii, to z pewnością odsetek tych, u których można ją stosować, jest znacznie wyższy. Powodem takiego niewielkiego stosowania immunoterapii są ograniczenia narzucane przez Narodowy Fundusz Zdrowia, stosunkowo wysoki koszt szczepionek odczulających oraz fakt, że mało pacjentów trafia do alergologa. – 75 proc. pacjentów z objawami alergicznymi w ogóle nie trafia do lekarza i leczy się na własną rękę, 25 proc. pacjentów trafia do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej, a jedynie 2 proc. pacjentów jest leczonych przez specjalistę alergologa – mówił prof. Jutel.

Źródło: Ekologia.pl

BIBLIOGRAFIA

1. Polskie Towarzystwo Alergologiczne: „Alergia – palący problem współczesności”
2. ENEL – MED: „A jak alergia – od rozpoznania do wyleczenia”