

Химията и стресът

Близалки, чипсове и snackсове водят до тежки реакции

НИ УДРЯТ С

Все повече алергии

Д-р Стефка ЕВТИМОВА, педиатър, специалист по клинична алергология и имунология. Има специализирана лекарска практика

Интервю на Мария КАРАБОЙЧЕВА
— **Защо се увеличават случаите на алергия?**

— За съжаление честотата на алергичните заболявания нараства в световен мащаб, включително и в България. Причините са много: значителната промяна на начина на живот - използването на много повече химически добавки в хранителните продукти, в битовата и личната козметика; в заобикалящата ни околна среда; замърсяването на въздуха в резултат на различни производствени процеси и изгарянето на дизеловото гориво. Нашата имунна система е предназначена да се справя с инфекциозни и паразитни заболявания. В резултат на повишената хигиенна обстановка и здравна култура на населението, както и масовите ваксинации, човешкото като цяло успешно се справи с голява част от инфекциите и паразитозите. В този смисъл оставена да „бездейства“, имунната ни система превключва към паталогичен отговор към нормално срещани се в природата (поленни) или ежедневните ни вещества. В държавите с по-висок стандарт на живот - Скандинавските страни, честотата на алергичните заболявания е по-висока в сравнение с „бедните“ държави. Повишеното ниво на стрес в ежедневието ни също влияе върху имунната система, като стимулира образуването на антитела. Израз на това е например зачестилата аутоимунна уртикария. Значително е нараснала честотата на алергичния ринит, бронхиалната астма, поленова алергия, медикаментозна и хранителна алергия, атопичният и контактният дерматит.

— **Всеки ли може да развие заболяването?**

— Да, всеки би могъл веднъж в живота си да прояви

алергична реакция към храни, медикаменти, козметика. Хроничните алергични заболявания, като бронхиална астма, алергичен ринит, поленова алергия, се срещат по-често у предразположени индивиди, които имат близки родственици със съответните заболявания.

— **Каква е ролята на наследствеността?**

— Предразположението към алергични заболявания се унаследява. Например при наличието на един родител с ди-

Д-р Стефка Евтимова е педиатър, специалист по клинична алергология и имунология. Последните 10 години работи приоритетно в областта на детската алергология. Автор е на публикации във водещи медицински издания. Член е на Българското дружество по алергология и Европейска академия по алергология и клинична имунология.



затруднено дишане и „свирене“ на гърдите след консумация на млечни продукти.

— **Лекува ли се заболяването, или пристъпите продължават цял живот?**

— Някои от алергичните заболявания, като алергията към протеините на краве мляко и яйца, се „израстват“ с възрастта. Повечето деца към 5-годишна възраст могат да консумират безпроблемно млечни продукти. Разбира се, това се случва при стриктно избягване на алергизиращата храна толкова дълго, колкото е необходимо. Други от алергичните заболявания, като бронхиална астма и алергичен ринит, са хронични заболявания и при тях стремежът е да постигнем пълен контрол над това заболяване, т.е. пациентът да се чувства практически здрав и да води живот с нормално качество при съответно лечение.

Някои от формите на детската астма, като астма, пусната от вирусни инфекции, също се „израстват“. При поленовите алергии ние можем да променим отговора на имунната ни система и да профилираме развитието на астма, чрез ранно започване на поддържаща имунотерапия. Провежда се имунотерапия и при алергия към акари в домашния прах, плесени, жилещи насекоми и други.

— **Има ли опасност от**

развитие на все повече тежки форми на хранителни алергии, след като ядем какви ли не боклуци?

— За съжаление в хранителната индустрия, особено в нашата страна, все по-често се използват химически добавки - оцветители, консерванти, стабилизатори, а много от месата, които консумираме, се обработват с антибиотици и хормони, още в „живо“ състояние. Пестицидите ни дебнат от храните с растителен произход - плодове и зеленчуци. Така че дали сме вегетарианци или не, дали се стремим към по-здоровословен начин на хранене, винаги съществува риск да се срещнем с нежелана химическа добавка, към която организъмът реагира с така наречените псевдо алергични реакции. Те по нищо не се различават от алергичните такива. Срещат се дори прояви на контактна алергия по длани при обработване на „висококачествени“ пилешки продукти - пилешко бонфиле при работнички в съответните производства. Прекомерната консумация на лубимите за много деца храни - бонбони, близалки, кроасани, вафли, дъвки, чипсове, snackсове и т.н., които са с много химически добавки, също води до тежки псевдоалергични реакции.

— **Коя е най-опасната алергия?**

— Няма най-опасна алергия. Всяка алергична реакция, независимо дали е към храна, антибиотик, упойка, аспирин и т.н., или ужилване от насекомо, може да прерасне в животозапалваща, известна като алергичен шок. Хората с хранителна и медикаментозна алергия трябва стриктно да четат етикетите на хранителните продукти и комбинирани лекарствени средства, за да избегнат среща със съставката, към която са алергични. За щастие все по-рядко се срещат тежки астматични пристъпи, водещи до фатален край. Това се дължи на съвременните възможности за високоэффективно инхалаторно лечение на астма.