

 Medexpress, 2019-04-11 12:34

## Światowy Tydzień Alergii

# Jak możemy zapobiegać rozwojowi alergii i astmy?



- Jest coraz więcej zachorowań na choroby alergiczne - powiedział Medexpressowi prof. Marek Jutel, kierownik Katedry i Zakładu Immunologii Klinicznej Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

### **Dlaczego alergię określa się mianem epidemii XXI wieku?**

To dlatego, że znacznie wzrasta zachorowanie na choroby alergiczne i jest to równoległe z naszym oderwaniem się od naturalnego naszego środowiska, - chodzi tutaj nie tylko o zanieczyszczenie, ale także np. o poprawę higieny, która prowadzi do zmiany składu flory bakteryjnej organizmu tzw. mikrobiomu, czy też żywność wysoko przetworzoną i poddaną zabiegom konserwującym.

### **Jakie czynniki wpływają na tak szybki rozwój choroby?**

Z jednej strony mówimy o szybkim wzroście zachorowalności, co wiąże się z czynnikami rozwoju cywilizacji. My mamy kontakt z innym środowiskiem niż te, które kształtowało organizmy naszych przodków przez pokolenia. Nastąpiła zmiana naszej flory bakteryjnej - mikrobiomu, oraz związane z higieną, zmniejszenie częstości infekcji oraz rodzaju bakterii je wywołujących. Jesteśmy narażeni na wiele substancji chemicznych, które są nie tylko w środowisku, ale także są dodatkami do żywności. Mamy też ciągle do czynienia z detergentami, które uszkadzają naturalne bariery ochronne organizmu - skórę, błony śluzowe dróg oddechowych itp. Zmienił się także styl naszego życia. Mam na myśli zmniejszenie ruchu, aktywności fizycznej. Także istotną sprawą jest epidemia otyłości. To też nie pozostaje bez wpływu na rozwój chorób alergicznych, które zaliczają się do przewlekłych chorób zapalnych, a otyłość wiąże się z obecnością przewlekłego zapalenia.

### **Jak możemy zapobiegać rozwojowi alergii i astmy?**

Ważna jest profilaktyka. Ważna jest zmiana stylu życia, utrzymanie diety, spożywanie zdrowej żywności, rozsądne podejście do higieny - zwłaszcza stosowania detergentów. Kiedy pacjent trafi do lekarza, to mamy możliwość zastosowania immunoterapii swoistej, czyli odczulania, którego celem jest przywrócenie stanu układu immunologicznego, tak aby alergeny, które rozpoznaje jako coś szkodliwego, organizm nauczył się tolerować. Taka możliwość istnieje dzięki zastosowaniu szczepionki alergenowej.

### **Jaka jest skuteczność i bezpieczeństwo stosowania immunoterapii w leczeniu alergii np. na jady owadów błonkoskrzydłych, pylenie traw czy roztocza kurzu domowego? Czy jest to jedyna przyczynowa metoda leczenia?**

Jest to jedyna przyczynowa metoda leczenia. Największa skuteczność jest w przypadku alergii na jady owadów błonkoskrzydłych. Ponad 90 proc. pacjentów po odczulaniu, toleruje kolejne urządzenia już podczas odczulania oraz przez wiele lat po jego zakończeniu. Jeśli chodzi o leczenie alergii na pyłki traw, drzew czy roztocze kurzu domowego, to skuteczność stosowania immunoterapii jest inaczej mierzona. W tym przypadku mówimy o redukcji objawów. Przyjmuje się, że w zależności od jakości szczepionki, objawy zmniejszają się od 20 do 70 proc - jest to jednak statystyka. W dużej grupie pacjentów udaje się osiągnąć całkowite wyleczenia alergii.

**Czy polscy pacjenci mają nieograniczony dostęp do tej metody leczenia?**

Polscy pacjenci mają dostęp do tej metody leczenia. Nie na wszystkie alergeny szczepionki są dostępne lub refundowane przez NFZ, np. nie ma refundacji na szczepionki podjęzykowe, które są bardzo przydatne ponieważ są wygodniejsze w stosowaniu. Pacjent stosuje je samodzielnie w domu. Nie musi odbywać wizyt w klinice czy poradni. Należy rozważyć możliwość refundacji szczepionek podjęzykowych.