



Martyna Chmielewska, 2021-02-22 19:20

Jak rozmawiać z pacjentem o układzie odpornościowym? Odpowiada Pan Tabletka



O tym, z czego składa się układ odpornościowy i jak rozmawiać o nim z pacjentem - opowiedział Medexpressowi farmaceuta Marcin Korczak, autor bloga Pan Tabletka.

Martyna Chmielewska: Z czego składa się układ odpornościowy i jak rozmawiać o nim z pacjentem?

Marcin Korczak: Pacjenci, którzy pytają o to z czego zbudowany jest układ odpornościowy, podchodzą do tego zero jedynekowo. Często ma to odbicie w rozmowach na linii specjalista – pacjent. Jeśli pacjenci proszą o coś na odporność, bardzo często dostają receptę na jeden konkretny preparat, albo otrzymują wskazówkę jak wzmocnić odporność. Czasami przychodzą zainspirowani reklamą produktu (suplementów czy szczepionki) na odporność i próbują uzyskać potwierdzenie, że produkt im pomoże. Widzę tu dużą rolę wśród specjalistów. Trzeba tłumaczyć, na czym polega układ odpornościowy. Nie jest to system zero jedynekowo. Jeśli ktoś choruje, to układ odpornościowy działa nieprawidłowo. Oczywiście, jest wiele infekcji i schorzeń, które wynikają z tego, że układ odpornościowy działa za słabo lub zbyt mocno albo w sposób rozregulowany. Z resztą, ciężkie przebiegi koronawirusa powodują, że układ odpornościowy działa zbyt mocno. Układ odpornościowy to szereg różnych czynników. Jeśli chcemy wzmocnić odporność organizmu, to na początku trzeba zrozumieć, który z elementów chcemy wzmocnić. Jest to trudne, bo w realiach naszej pracy zawsze jest za mało czasu dla pacjenta.

M.Ch.: Czym dla przeciętnego Kowalskiego jest układ odpornościowy? Z jakimi opiniami się Pan spotkał?

M.K.: Tak to widzę. Pacjenci mają duży problem z tym, żeby odporność powiązać ze szczepionką. Jeśli ktoś nie rozumie, czym są szczepionki, w jaki sposób wzmacniają układ odpornościowy, to cała akcja zachęcająca do wyszczepiania się jest dużo trudniejsza do przeprowadzenia. Pacjenci nie rozumieją, dlaczego szczepienie jest korzystniejsze niż przechorowanie (szczególnie w grupach, które są narażone na ciężkie przebiegi koronawirusa). Na potrzeby swojej pracy podzieliłem układ odpornościowy na trzy części, które porównuję do smartphona albo komputera, samochodu - w zależności z kim rozmawiam. Pierwsza część układu to „procesor”, czyli moc układu odpornościowego do tego, by produkować komórki różnego rodzaju. Komórki powstają w całym naszym organizmie i pomagają zwalczać różnego rodzaju patogeny. Kolejna część to „bateria” (w samochodzie to będzie bak z paliwem), która zasila cały organizm do walki, w tym układ odpornościowy. Sprawnie działający organizm jest w homeostazie i ma siłę do pracy. Poziom naładowania „baterii” (naszej witalności) będzie więc wpływał na to, jak nasz układ odpornościowy radzi sobie z infekcjami. Trzecia część to pamięć immunologiczna (jak pamięć w laptopie czy smartphonie czy komputer pokładowy w aucie), która steruje całym organizmem. Można tu jeszcze wspomnieć o barierach, które strzegą przed tym, by patogeny nie dostały się do środka organizmu i całego systemu. Staram się od pacjentów dowiedzieć, którą z części układu odpornościowego chcą wzmocnić - naładować baterię, sprawić by procesor działał szybciej, wypełnić pamięć immunologiczną. A może obudowa (bariera), w którą nasz system jest zapakowany szwankuje i wpuszcza wrogów dla organizmu. Tak obrazowo pokazane elementy układu odpornościowego uzmysławia, że o każdy z nich musimy dbać w inny sposób, każdy z nich wymaga innych zabiegów. Jeśli chodzi o „baterię” to trzeba zadbać by była naładowana. Z kolei „procesor” nie może się przegrzać. Pamięć immunologiczna potrzebuje zarówno energii z „baterii”, jak i mocy „procesora”, by budować kolejne ścieżki radzenia sobie z infekcjami. Świetnym przykładem jest koronawirus. Wiemy, że przechorowanie koronawirusa daje odporność na kilka miesięcy, natomiast pamięć immunologiczna jest dłuższa (jest to zależne od cech osobniczych). Wzmacniając odporność, wzmacniamy pamięć immunologiczną. Osoby, które bardzo ciężko przeszły koronawirusa, często pytają, co robić po jego przebyciu. Po infekcji układ odpornościowy jest zbyt rozpedzony, więc nie chcemy go dodatkowo wzmacniać (nie chcemy procesora obciążać, tylko zadbać bardziej o naładowanie baterii).

M.Ch.: O co najczęściej pytają Pana czytelnicy ws. układu odpornościowego?

M.K.: Czytelnicy najczęściej pytają, jak wzmacniać układ odpornościowy np. po przechorowaniu koronawirusa czy innych chorób takich jak np. ospa. Zastanawiają się, co zrobić, aby nie chorować, by dziecko przestało chorować i pobyło w przedszkolu dłużej niż tydzień.

https://www.youtube.com/watch?v=_ixN2NAPx0M&t=0s

<https://pantabletka.pl/>

https://www.youtube.com/channel/UCyV_Sq7KZIWJ1WaYEDU149g