



B a b a h á z

Az allergiás családi előzmények mindenképpen növelik a betegség kialakulásának kockázatát. Ha az egyik szülő allergiás, 30-35 százalék az esélye annak, hogy a gyermeknél is megjelennek a tünetek. Mindkét szülő esetében ennek valószínűsége magasabb, az öröklődés esélye nyolcvan százalék körüli. A gyermekvállalásra felkészülés részeként szükséges átgondolni és az orvossal egyeztetni az allergiás tünetek kezelési lehetőségeit a várandósság időszakában. Az öröklött hajlam mellett a betegség kialakulásában döntő szerepet játszanak a környezeti tényezők. Az allergia megelőzése szempontjából is fontos, hogy a várandósság időszakában kerüljük a dohányzást!

Tanácsadás

Az allergiás megbetegedések esetében is fontos, hogy a gyermekvállalás előtt álló szülő nőgyógyász és allergológus kezelőorvosával is konzultálva készüljön a terhességre. Érdemes kihasználni a várandósság időszakát, ne sajnáljuk az energiát, és nézzünk, olvassunk utána, mi ez a betegség. Az értékes információk mellett azonban sok tévhit is kering az allergiáról, ezért mindig kérdezzon az orvosától.

Harc az allergia ellen

Megelőzés a fogantatás pillanatától

Az utóbbi évtizedekben ugrásszerűen megemelkedett az allergiás betegek száma, a magyar lakosság harmada szenved efféle betegségben. A megelőzésre már a várandósság időszakától kezdődően nagy figyelmet kell fordítani, különösen azoknál a családoknál, ahol már előfordult allergiás betegség.



Táplálkozás

Allergiás családi előzmények mellett különösen fontos a hat hónapos korig kizárólag anyatejjel való táplálás. A szoptatással elősegíthető az egészséges bélflóra létrejötte, az immunrendszer megerősödése. Az elválasztás időszakában jobban figyeljünk az ételek megfelelő időben történő bevezetésére. A csecsemők immunrendszere mellett a bélrendszerre is éretlen, az erősen allergizáló táplálékok a felzívódás folyamán nem veszítik el allergiát kiváltó tulajdonságaikat. A legerősebb allergén a tehéntejfehérje. Az állaspontok különböznek, de a gyermek hat hónapos kor alatt semmiképpen ne kerüljön kapcsolatba tehéntejfehérjével, legfeljebb csak magasan hidrolizált formában (hipoallergén tápszer). Az allergiás hajlammal születő, tehát magas rizikócsoporthoz tartozó babáknál még ezt az időpontot is ki kell tolni. Veszélyes táplálék még a tojás és a földimogyoró, a szójaalapú tápszerek bevezetése következtében pedig napjainkban növekszik a szójaallergiások száma is.

A túlzott tisztaság

Szót kell ejtenünk az úgynevezett „higiénéhipotézisről”. Az immunrendszerről tudni kell, hogy a kórokozók elleni védelemben, illetve az allergiás reakciók

kialakításában két alapvető része vesz részt. A két sejtcsoport az egyensúly elvén működik, tehát ahol az egyik a sok „feladat” következtében megerősödik, elnyomja a másikat. Vagyis ha sok apró, úgynevezett mikrofertőzés éri a kisgyermeket, az immunrendszer fertőzések ellen védő része elnyomja az allergiát létrehozó részét. Felmérések példaként említik, hogy az farmer életmódot folytató családban születők között alacsonyabb számban alakul ki légúti allergia, vagy ahol kisgyermekkorban kutya élt egy lakásban a családdal, kevesebben lettek allergiások fiatal felnőtt korukra. Összefoglalva tehát: a túlzott tisztaság nem feltétlenül segít az allergia elkerülésében. Erről a következő cikkünkben részletesen szólnunk.

Tünetek

Csecsemőkorban az allergia a leggyakoribb esetekben bőrtünetek formájában jelentkezik, az úgynevezett „allergiás menetelés” során, ami a különböző allergiás betegségek életkor szerinti kialakulásának sorrendjét jelenti. A csecsemő- és kisgyermekkorra az allergiás bőrgyulladás jellemző, amely elsősorban a popsín (pelenkadermatitisz) és az arcon, esetleg a hajlatokban jelenik meg. Gyakori az élelmiszer-allergia is, erre sokszor szintén bőrtünetek hívják fel a figyelmet. Ismétlődő légúti betegségek esetén is gondolnunk kell allergiára. Kisgyermekkorban, a három-négy éves gyermekeknél már a klasszikus légúti allergiás betegség tüneteit (tüsszögés, orrfolyás, orrvizketés, köhögés) észlelhetjük. Ismétlődő, nem gennyes középfülgyulladás is tejallergia tünete lehet. Különösen akkor legyen gyanakvó a szülő, ha a családban gyakori az allergia.

Kezelés

Élelmiszer-allergia esetében az allergén élelmiszerek teljes mellőzése három-négy év alatt teljes gyógyulást hozhat. Ha a bőrtüneteket ételallergia okozza, erre is megoldás a diéta. A kisgyermekkorra asztmát az esetek egy részében kamaszkorra kinövi a gyermek. Légúti allergiák esetében tüneti kezelés alkalmazható. Gyermekeknél ideális módszer az immunterápia, amelynek lényege, hogy a beteg tisztított formában, fokozatosan növelve az adagot, azt az anyagot kapja, amelyre éppen érzékeny. A kezelés ideje alatt a szervezet hozzászokik a korábban tüneteket előidéző anyaghoz, és jó esetben megtanulja ezt panaszok nélkül elviselni. Az allergénspecifikus immunterápia ötéves kortól alkalmazható, fájdalommentes gyógymód, hatására a tüneti kezelésre szolgáló gyógyszerek mennyisége is csökkenthető.

Minél korábban éri a babát az első allergén inger, az immunrendszer éretlensége folytán nagyobb az esélye annak, hogy allergiás reakcióval válaszol.

