

Szombat, 2010. május 22. 21:29

168 Óra Online írása

Címkék: **allergia megelőzés**

Higiéne-hipotézis

Allergia: középpontban a megelőzés

A Magyar Allergológiai és Klinikai Immunológiai Társaság május közepén tartotta éves kongresszusát. Dr. Balogh Katalint, a Budai Allergiaközpont allergológus főorvosát, a MAKIT Immunterápiás Szekciójának vezetőségi tagját a rendezvényen elhangzottakkal kapcsolatban, elsősorban az allergia megelőzési lehetőségeiről kérdeztük.

-Az előző évi kongresszuson elhangzott, hogy egyre több az allergiás beteg és újabb allergiafajták is megjelentek, illetve váltak gyakoribbá. Milyen változások észlelhetők az allergiás megbetegedések terén az előző évekhez képest?

- Sajnos, a tendencia a korábbi évekhez hasonlóan folytatódik, az allergiás betegek száma egyre emelkedik. Jelenleg hazánkban a lakosság több mint negyede szenved valamilyen allergiás betegségben. Egyre nő az allergia szempontjából magas rizikóval született babák aránya. Ebbe a csoportba sorolhatók azok az újszülöttek, akinek egy testvére, vagy valamelyik szülő allergiás. Az Európai Allergológiai és Klinikai Immunológiai Akadémia (EAACI) megállapítása szerint: " ...egy allergiás generáció felnövekedésének lehetünk tanúi."

-Mit tehetünk a kedvezőtlen folyamat ellen? Megakadályozhatjuk az allergia terjedését?



-A megelőzés terén is lényeges változások történtek. Korábban úgy vélték, a kismama várandósság alatti diétája segíthet megelőzni a gyermeknél az allergia kialakulását. Ma már tudjuk, hogy bizonyos – nagy allergén aktivitású – ételek, mint például a tej, vagy a tojás megvonása csak szükségtelen terhet jelent a kismamák számára, hiánybetegségekhez

vezethet, de az allergia megelőzésében nem segít. Ehhez hasonlóan a gyermekek hozzátáplálásának elhalasztásával is csak a bőrtüneteket sikerült elodáznia. Ma úgy tartjuk, hogy az új ételek bevezetését a gyermek 4-6 hónapos kora körül célszerű megkezdeni. A lényeg a fokozatosság. Az anyatejes táplálás előnyei továbbra sem vonhatók kétségbe.

Fontos, hogy a csecsemő 4-6 hónapos koráig kizárólag anyatejet kapjon.

-A higiéné-hipotézis szerint az allergia kialakulásának egyik oka, hogy „túl tiszták vagyunk”. Mit jelent ez a gyakorlatban?

-Az elmélet természetesen nem az alapvető higiéniai szabályok figyelmen kívül hagyására szólít fel. A felvetés valójában azon a megfigyelésen alapul, mely szerint a farmer életmódot folytató gyermekek közt kevesebb az allergiás beteg. Ennek a magyarázata pedig az, hogy a nagyvárosokban, sokszor „steril” körülmények közt élő társaikhoz képest ők bizony gyermekkorban átesnek azon a számos mikrofertőzésen, mely az immunrendszer megfelelő éréséhez elengedhetetlenül fontos. Hasonló a helyzet a nagy családban élő gyermekeknél is, ahol a nagyobb testvérek sokszor „hazaviszik” a különböző betegségeket az óvodából, iskolából, így a kisebbek szervezete is már az első pár életévben több fertőzést gyűr le. A higiéné-hipotézis másik érdekessége, hogy konkrét választ ad a „Tartsunk-e háziállatot a gyermek mellett?”- kérdésre. Kismamák körében gyakori vita tárgya, hogy helyes-e a kutyával, vagy macskával megosztani az otthonukat, az újszülött érkezését követően. A higiéné-hipotézis szerint a házi kedvenc jelenléte is hozzájárul a gyermek immunrendszerének megfelelő éréséhez, az allergiás szenzitizáció –érzékenység- megelőzéséhez, a válasz tehát – természetesen ésszerű határokon belül- igen.

Forrás: www.allergiakozpont.hu