

Kérdések és válaszok az asztmáról

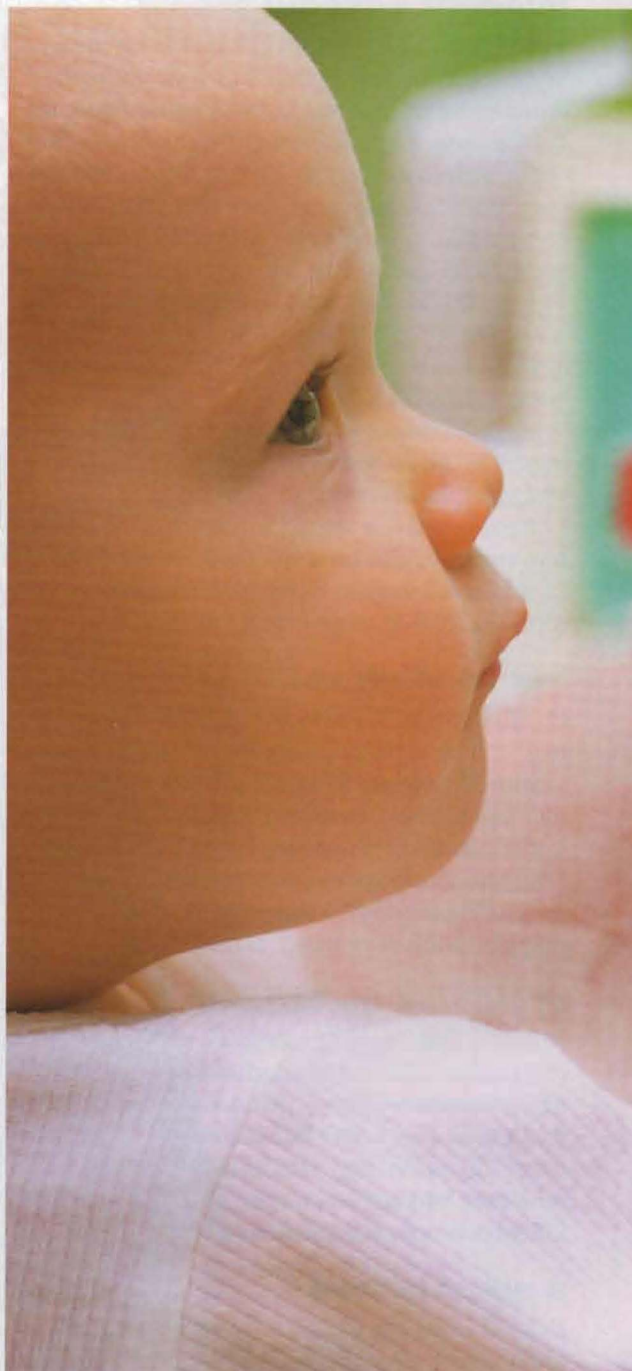
Az asztma a légutak gyulladásos betegsége. Kialakulása ellen már a várandósság időszakában is sokat tehetünk. Különösen azokban a családokban kell ügyelni a megelőzésre, ahol gyakoriak az allergiás betegségek.

SZERZŐ: Tóth-Tokaji Éva

Felmérések szerint hazánkban minden tizedik gyermek asztmás. A betegség eredete szerint több csoportba osztható. Ritkább esetben, a betegek csaknem tíz százalékánál, a kiváltó ok a tüdő fejlődésének korai károsodásával függ össze. Ennek oka lehet koraszülöttség, légzészavarral járó újszülöttkori állapotok, betegségek vagy hosszabb gépi lélegeztetés. Egy másik csoportba sorolható a betegek döntő többsége, jóval gyakoribb ugyanis, hogy az asztma allergiához társulva jelentkezik. Az allergiás asztma kiváltó oka valamilyen allergén, ez lehet penészgomba, pollen, poratka, állati szőr vagy ritkábban élelmiszer.

ki lehet asztmás?

■ Kora gyermekkorban a betegség előfordulása fiúk körében gyakoribb. Serdülőkorra ez az arány megfordul, 14 év felett rendszerint lányok körében fordul elő gyakrabban. A betegség kialakulásának kockázatát növeli a családi halmozódás, a passzív dohányzás, a koraszülöttség (amelyek hátterében akár fertőzések is állhatnak), a korai légzőrendszeri fertőzések és tüdőfunkcióbeli zavarok. Az asztma létrejöttét illetően azonban



a vezető rizikófaktor az allergiára való hajlam. A betegek többségénél jelentkező allergiás asztma kialakulásában nagy szerepet játszik az öröklődés. Ha az egyik szülő allergiás asztmás, a gyermeknél 30, mindkét szülő esetén 60-80 százalék a betegség kialakulásának esélye.

csecsemőkori asztma

A betegség diagnózisát 0-3 éves korban több tényező is nehezíti. Ebben az életszakaszban a hörgőrendszer szűkebb, és bármely fertőzés, gyulladás hatására, így vírusfertőzések következtében is könnyebben jelentkeznek asztmához hasonló tünetek: rohamszerű köhögés, zihálás, szapora, nehezített légzés.



A legfontosabb 5 érv a rotavírus elleni vakcináció mellett



Magyarországon évente több ezer kisgyermek kerül kórházba súlyos rotavírus-fertőzéssel.

Érdemes a **védőoltást** választani a kórházi kezelést igénylő, súlyos rotavírus-fertőzés megelőzésére.

A rotavírus elleni oltás **befektetés a gyermekek egészségébe.**

- 1) 5 éves koráig **szinte minden kisgyerek átesik** legalább egyszer (enyhébb vagy súlyosabb) rotavírus-fertőzésen.
- 2) A rotavírus a hányás és hasmenés miatti **kórházi ápolások leggyakoribb oka.**
- 3) Közép-Kelet-Európában **30 betegből egy kórházba kerül** súlyos rotavírus-fertőzés miatt.
- 4) A rotavírus **a legtisztább otthonban** élő, és **közösségbe nem járó** gyermekeket is megfertőzheti.
- 5) A többi hányáshoz és hasmenéshez képest a rotavírus-fertőzés sajátosága a **rendkívül gyors lefolyása**: a kiszáradás órákon belül bekövetkezhet. A súlyos kiszáradás kezelése **csak kórházban, infúzióval** lehetséges.

A rotavírus elleni oltóanyagot 6 hetes kortól lehet adni. A védőoltásról már az első hónapokban dönteni kell, mert 6 hónapos életkorra a több adagos oltási sor utolsó adagját is meg kell kapnia a babának. A rotavírus elleni vakcinát szájon át, fájdalommentesen, szűrés és könnyek nélkül kapják a csecsemők.



Az esetek többségében azonban csecsemőkorban az allergiára hajlamos gyerekeknél nem az asztma, hanem a betegség előfutáraként érkező ekcéma és ételallergia tünetei jelentkeznek.

■ Az „allergiás menetelés” néven ismert folyamatban az allergiára hajlamos csecsemőknél két-

tejjallergiás, ekcémás tünetek, majd a későbbi életkorban, két- és hároméves kor között gyakori savós középfülgyulladás jelentkezhet. Óvodás-, kisiskolás korban pedig megjelenhetnek a jellegzetes allergiás, köhögéssel, szemviszketéssel és orrfolyással járó tünetek, amelyek végső állomása lehet az asztmás megbetegedés.

amikor már nagyobbak

A jellegzetes asztmás tünetek sokszor óvodáskorban jelennek meg. A tünetek kialakulásának több oka is lehet. Allergiás asztma esetén az allergénnel való találkozás mellett a tüneteket vírusfertőzés is kiválthatja.

Asztmás gyermekeknél egy légúti vírusfertőzés tehát gyakran játszik szerepet a betegség tüneteinek: az izgatott köhögésnek, a sípoló, nehezített légzésnek a megjelenésében.

A panaszok enyhébb tünetekkel is jelentkezhetnek: ismétlődő és elhúzódó légúti hurutos betegségek és makacs, gyakran antibiotikumok, köptetők hatására sem múló éjszakai köhögések formájában.

■ A tünetek fizikai aktivitás hatására is felléphetnek. Érdemes figyelniük, hogy jelentkezett-e a gyermeknél köhögés vagy nehéz légzés futás, kerékpározás vagy ugrálás közben.

Lelki, érzelmi megrázkódtatás, erős szagok, a külső levegő szennyezettsége, a dohányfüst, a hideg levegő és a párás-ködös időjárás is rohamot provokálhat.

mi lesz később?

A tüdők és a hörgők fejlődésével az asztmás tünetek megfelelő kezelés mellett az esetek döntő többségében iskoláskorra elmúlnak. Ez a legvalószínűbb abban az esetben, ha a panaszok fiúknál és hároméves kor előtt jelentek meg. A gyakori és súlyos kisgyermekkori tünetek sajnos sokszor az idő múlásával sem szűnnek, ez esetben a betegség többnyire felnőttkorban is megmarad.

megelőzhető?

1 Az allergiás asztma megjelenésében az öröklődés mellett környezeti tényezők is fontos szerepet játszanak. A betegség kialakulásának szempontjából lényeges, hogy a gyermek mikor találkozik

először és milyen mennyiségben az esetleg tüneteket okozó allergénnel. Ezért javasoljuk például, hogy a parlagfű-allergiás szülők gyermeke a téli időszakban szülessen. Törekedniünk kell a lakáson belüli allergének (penészgomba, házipor-átka) minimalizálására is.

2 Kutatási eredmények alapján a terhesség alatt elfogyasztott nagyobb mennyiségű zöld és sárga zöldségek, citrusfélék és a béta-karotin megelőzheti a születendő gyermeknél az ekcéma kialakulását, a magasabb E-vitamin-bevitel pedig csökkentheti a csecsemőkori asztmás légzés előfordulását.

3 A csecsemő táplálása is kiemelt jelentőségű az asztma megelőzésének szempontjából. Családi halmozódás esetén különösen fontos, hogy a gyermek hat hónapos koráig kizárólag anyatejet, vagy ennek hiányában magasan hidrolizált tápszert kapjon.

4 Az anya terhesség alatti dohányzása, a gyermek megszületése után a lakáson belüli dohányzás is egyértelműen növeli az asztma kialakulásának kockázatát.

5 Tudományos vizsgálatok igazolják a probiotikumok szerepét az allergia megelőzésében. Csecsemőkorban a jótékony baktériumok csökkentik az ekcéma és a tejérzékenység kialakulásának kockázatát. A későbbi életkorokban, bizonyos esetekben szintén eredményes a probiotikumok adása, de ekkor már nincs szerepe az allergiamegelőzésben.

Szakértő: dr. Somogyi Éva
gyermektüdőgyógyász
www.allergiakozpont.hu