

Allergiamegelőzés a fogantatás pillanatától

- Nők Lapja Cafe
- 2010. 08. 22.

Az utóbbi évtizedekben ugrásszerűen megemelkedett az allergiás betegek száma. A magyar lakosság harmada szenved valamilyen allergiás betegségben. A tünetek kialakulásában számos tényező játszik szerepet. A megelőzésre már a várandósság időszakától kezdődően nagy figyelmet kell fordítani, igaz ez különösen azon családok esetében, ahol már előfordult allergiás megbetegedés.

Öröklött hajlam

Az allergiás családi előzmények mindenképpen növelik a betegség kialakulásának kockázatát. Amennyiben az egyik szülő allergiás, 30-35 százalék az esélye annak, hogy a gyermeknél is megjelennek a tünetek. Mindkét szülő esetében ez az érték jóval magasabb, az öröklődés esélye 80 százalék körüli. A gyermekvállalásra való felkészülés részeként szükséges átgondolni és a kezelőorvossal egyeztetni az allergiás tünetek kezelési lehetőségeit a várandósság időszakában.

Környezeti hatások

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!

Minél korábban éri a babát az első allergén inger, az immunrendszer éretlensége folytán nagyobb az esélye annak, hogy allergiás reakcióval válaszol. Próbálkozások történtek olyan téren, hogy magas rizikójú babák (lásd: mindkét szülő allergiás) ne a pollenszezon tetőzésének idején szülessenek, azonban egyrészt ez nem minden esetben kivitelezhető, másrészt nem garantálja az allergia megelőzését – magyarázza dr. Balogh Katalin, a Budai Allergiaközpont allergológus főorvosa.

Táplálkozás

Allergiás családi előzmények mellett különösen jelentős a 6 hónapos korig kizárólag anyatejjel történő táplálás. Szoptatással elősegíthető az egészséges bélflóra kiépülése, az immunrendszer megerősödése. Az elválasztás időszakában különösen figyeljünk az ételek megfelelő időben történő bevezetésére. A kis csecsemők immunrendszere mellett a bélrendszer is éretlen, az erős allergén tulajdonsággal rendelkező táplálékok a felszívódás során nem vesztik el allergiát kiváltó tulajdonságaikat.

A legerősebb allergén a tehéntejfehérje. Az állaspontok különböznek, de 6 hónapos kor alatt semmiképpen ne kerüljön kapcsolatba tehéntejfehérjével a gyermek, legfeljebb csak magasan hidrolizált formában (hipoallergén tápszert). Az allergiás hajlammal született, tehát magas rizikó csoportba tartozó babáknál még ezt az időpontot is ki kell tolni. Veszélyes táplálék még a tojás, a földimogyoró, és a szójaalapú tápszerek bevezetése következtében napjainkban nő a szójaallergiások száma is.

Címkék: [undefiend](#), [gyerekek](#), [mobiltelefon](#), [Telenor](#)

Ajánlott weboldalak 🍪

- Asztma.lap.hu
- Immunzavar.lap.hu
- Pollenek.lap.hu
- Szénanátha.lap.hu

[Szponzorált hirdetések](#)



A túlzott tisztaság is ártalmas

Itt kell szót ejtenünk a higiénéhipotézisről. Az immunrendszerrel tudni kell, hogy két alapvető része vesz részt a kórokozók elleni védelemben, illetve az allergiás reakciók kialakításában. A két sejtcsoport balanszszerűen működik, tehát ahol az egyik a sok „feladat” következtében megerősödik, elnyomja a másikat. Tehát ha sok apró, úgynevezett mikrofertőzés éri a kisgyermeket, az immunrendszer fertőzések ellen védő része elnyomja az allergiát létrehozó részét. Felmérések példaként hozzák azt, hogy az úgynevezett farmeréletmódot folytató családban születettek között alacsonyabb számban alakul ki légúti allergia, vagy ahol kisgyermekkorban kutya élt egy lakásban a családdal, kevesebben lettek allergiások fiatal felnőttkorukra.

Összefoglalva tehát: a túlzott tisztaság nem feltétlenül segít az allergia elkerülésében.

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 a kisgyermekkorra jellemző az allergiás bőrgyulladás, amely elsősorban a popsin (pelenkadermatitis) és az arcon, esetleg a hajlatokban jelenik meg. Gyakori még az élelmiszer-allergia. Az utóbbira is sokszor bőrtünetek hívják fel a figyelmet.

Gyakori légúti betegségek esetén is gondolnunk kell allergiára. Kisgyermekkorban, 3–4 éves gyermekeknél már a klasszikus légúti allergiás betegség tüneteit észlelhetjük (tüsszögés, orrfolyás, orrvizketés, köhögés).

Ismétlődő szerózus (nem gennyes) középfülgyulladás tünete lehet a tejallergiának.

Különösen akkor legyen gyanakvó a szülő, ha a családban gyakori az allergia.

Az allergiavizsgálat történhet vérből, 3 éves kor körül már alkaros bőrteszttel, illetve élelmiszer-allergia esetén terheléses vizsgálatokkal. Az úgynevezett tejterhelést gyakorlott szakember ambulánsan is elvégzi.

Kezelés

Élelmiszer-allergia esetében az allergén élelmiszerek teljes elvonása 3-4 év alatt teljes gyógyulást eredményezhet. Amennyiben a bőrtünetek oka ételallergia, a diéta erre is megoldást hoz. A kisgyermekkorú asztmát az esetek egy részében kamaszkorra kinövi a gyermek. Légúti allergiák esetében tüneti kezelés alkalmazható.

Gyermekek esetében különösen ideális az immunterápia, melynek lényege, hogy a beteg azt az anyagot kapja tisztított formában – fokozatosan növelve az adagot –, amelyre érzékeny. A kezelés ideje alatt a

szervezet hozzászokik a korábban tüneteket előidéző anyaghoz, s megtanulja ezt panaszok nélkül elviselni. Az allergénspecifikus immunterápia 5 éves kortól már adható, fájdalomtalan gyógymód, melynek hatására a tüneti kezelésre szolgáló gyógyszerek mennyisége is csökkenthető. A vizsgálatok azt igazolták, hogy ritkábban alakul ki asztma azoknál a légúti allergiás gyermekeknél, akik immunterápián estek át.

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 utánanézni, -olvasni, hogy mi ez a betegség. A sok értékes információ mellett azonban sok téveszme is kering az allergiáról, ezért mindig kérdezzen az orvosától.

Forrás: www.allergiakozpont.hu

Mit árul el az orrunk?

Érdekes orrtörténetek a Rhinospray Plus támogatásával. Olvassa el!
RhinosprayPlus.Hazipatika.com

Az allergia már a múlté

Allergiás tünetei enyhítésére megoldás az Allegra! Részletek itt:
www.allegra.hu

Akción allergiavizsgálat

5000 Ft kedvezményt adunk a második vizsgálatból, ha elhozza ismerését!
ABOeurope.hu/Allergia

Puffadás Volt - Nincs

Megszabadít tőle a 20 éves orvos - természetgyógyászati klinika.
www.medicopoliklinika.hu

Kapcsolódó hozzászólások

Ehhez a cikkhez még nem érkezett hozzászólás

Hozzászólók