



De câte ori nu s-au confruntat copiii noștri cu suparatoarele alergiilor? Fie că erau cauzate de fructele mult dorite, cum sunt capsunile, fie după o plimbare pe un câmp sau într-o livadă înflorită, senzația de mâncărime, erupția sau, mai grav, problemele respiratorii stricău toată bucuria zilei.

De ce apare alergia și mai ales ce putem face în cazul ei? Acestea sunt cele mai frecvente întrebări care mi se pun, ca medic de familie, cu privire la alergii și la care voi răspunde în acest articol.

Ce este alergia

Alergia reprezintă o reacție de hipersensibilitate dobândită a organismului unei persoane la contactul fie cu anumite substanțe alergene, care în mod normal sunt inofensive (par, praf, polen, ciocolată, pește, lapte), fie cu un produs medicamentos sau cu o anumită bacterie.

Pot fi întâlnite reacții ale organismului dintre cele mai neașteptate, dar cele mai frecvente reacții alergice se produc la nivelul pielii, al mucoaselor și al căilor respiratorii.

Care sunt cauzele care generează alergii

Cele mai frecvente cauze care provoacă alergiile la copii sunt: polenul (conduce la apariția rinitei alergice sezoniere), sporii de mucegai, parul de pisică sau de câine, gândacii de bucătărie, acarienii (care se adapostesc în mochete, saltele, perne, covoare), alimentele (ouă, ciocolată, unele prăjituri, pește, drojdie, proteinele din laptele de vacă sau de soia, telina, arahidele, capsunile, fructele de pădure, portocalele, merele, kiwi, nucile, roșiile), veninul provenit din muscături de animale (serpi), înțepături de insecte (albine, viespi sau păianjeni), medicamente (penicilina) sau vaccinuri (vaccinul antitetanic, vaccinul împotriva tusei convulsive, vaccinul împotriva pneumoniei pneumococice), produsele cosmetice și detergenți (cu conținut de clor, sodă caustică sau fosfați) folosite pentru igiena copilului sau a casei, diverse substanțe iritante etc.

Un tip special de alergie, care apare mai ales la sugari (2-3%) este provocat de lapte. Aceasta dispare, de cele mai multe ori, până la vârsta de 4-5 ani și este cauzată, în principal, de laptele de vacă, capra sau oaie și, foarte rar, de cel de mamă.

Alergia este provocată de proteina din lapte și conduce la deranjament stomacal, manifestat prin: scaune moi, colici, urticarie, agitație și iritabilitate a copilului.

Aceasta nu trebuie confundată cu intoleranța la lactoză, care apare la vârste mult mai mari și care este cauzată de incapacitatea organismului de a digera lactoză.

Care sunt simptomele care apar

Cele mai frecvente reacții alergice se produc la nivelul pielii, mucoaselor și al căilor respiratorii. Ele se manifestă sub forma de rinite, urticarie, eczeme endogene, astm bronic sau chiar edem și pot fi acute sau cronice, de intensitate mare sau atenuate.

Un prim contact cu alergenul poate declanșa o reacție acută cu dificultatea de a respira, spasme bronșice, tuse, tumefiere locală la locul muscaturii sau înțepăturii, urticarie cu mâncărimi puternice, învinetire a pielii, crampe stomacale, greață, vomă, dureri de cap, modificări ale pulsului etc.

Din fericire, acestea sunt mult mai rare, dar întotdeauna ele trebuie tratate imediat de către medic în spital, deoarece pun în pericol viața copilului. Mai frecvent se întâlnește doar o reacție ușoară cu urticarie, lacrimarea ochilor, răgușeala, deranjamente stomacale și eventual inflamarea zonei locale, în cazul înțepăturilor de insecte sau al muscaturilor de animale.

De reținut!

Consulta întotdeauna medicul alergolog și efectuează toate testele cerute, cât mai rapid.

Ce tratament este indicat în alergii

Alergiile acute, cum este socul anafilactic, sunt tratate de urgență în spital unde, după încetarea crizei, se prescriu medicamente antihistaminice pentru a reduce mâncărimile și de tip cortizonic pentru reducerea inflamației. În cazul alergiilor ușoare, alături de tratamentul prescris de către medicul specialist este suficientă doar o alimentație de protecție hepatică, evitarea emoțiilor și a eforturilor intense. Tratamentul medicamentos indicat de medicii alergologi include antihistaminice orale sau locale, care atenuează simptomele, tratament cortizonic, imunoterapie etc.

Desensibilizarea se poate face în anumite condiții, în funcție de alergen, de starea sau de vârsta copilului. Fitoterapia este un redevabil aliat la copiii mai mari prin infuziile de: trei-frăți-pătați, coada-soricelului, urzică, flori de levantica, muguri de coacăze negre. Se va testa toleranța la fiecare plantă și doar apoi se pot face asocieri de plante medicinale, doar cu consultul specialistului.

Gemoterapia va invita să folosiți, la copiii peste 3-4 ani, extractul din muguri de Ribes Nigrum (Coacăz negru), în doză indicată de specialist. Poate fi utilizat și carbunele medicinal pentru că are proprietăți antitoxice, antispastice, absorbante, calmante și cicatrizante, putând fi folosit ca atare sau sub formă de comprimate. Aromoterapia indică utilizarea uleiului esențial de mentă, diluat în apă, care se aplică local (se umezește ușor zona externă afectată).



Exista o profilaxie eficienta in cazul alergiilor

Mai importanta este prevenirea alergiilor, care se face in primul rand cunoscand substanta la care este alergic micutul si evitand, pe cat este posibil, contactul cu aceasta. Este important pentru cei sensibili sa evite zonele cu polen in exces din copaci (teiul) sau de la ierburi (patlagina si macrisul).

Esentiala este si echilibrarea sistemului imunitar inca din momentul nasterii si mentinerea lui astfel toata viata, prin alegerea unei alimentatii cu multe fructe (catina, [coacaze](#), afine), legume proaspete, seminte si cereale.

Vom consuma alimente bogate in vitaminele C, A, E, in bioflavonoide, ce controleaza producerea de histamina, substanta raspunzatoare de prurit si inflamatie, flavonoizi ca antioxidanti naturali, carotenoizi, zinc, seleniu, dar si calciu. Se va trata eficient alergia de la primul simptom pentru a se preveni agravarea sau cronicizarea bolii. Aerisirea si aspirarea camerei previn prezenta acarienilor care, prin proteinele continute, pot fi o sursa de intretinere nu doar a fenomenelor alergice, dar si a astmului, a rinitelor sau a eczemelor endogene pentru ca se dezvolta foarte bine la caldura si umiditate, in locuri fara curenti de aer.

Nu in ultimul rand, este bine ca adolescentii cu o sensibilitate crescuta la alergeni sau parintii ai caror copii sunt alergici sa poarte intotdeauna, in trusa de urgenta sau la indemana, medicamentele indicate de medicul specialist pentru situatiile de criza.

Doresc tuturor cititorilor si copiilor o sanatate deplina si cu cat mai putine alergii, fie ele alimentare, medicamentoase, de mediu, sociale sau de alta natura.

Text preluat :www.sfatulmedicului.ro

Sursa foto:www.reginamaria.ro