



## 8 ΙΟΥΛΙΟΥ-ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΑΛΛΕΡΓΙΑΣ



Η αυξανόμενη επίπτωση των αλλεργικών νοσημάτων, ενθάρρυνε τον **Παγκόσμιο Οργανισμό Αλλεργίας (ΠΟΑ)**, στην καθιέρωση της 8<sup>ης</sup> Ιουλίου, **ως την Παγκόσμια Ημέρα Αλλεργίας**. Η ημέρα αυτή, καθιερώθηκε με στόχο την ευαισθητοποίηση του κοινού για τις συνέπειες των αλλεργιών στην ανθρώπινη υγεία και στην υιοθέτηση αποτελεσματικών μέτρων πρόληψης.

Οι αντιδράσεις υπερευαισθησίας, γνωστές ως **αλλεργικές αντιδράσεις**, αποτελούν την υπερβολική αντίδραση του οργανισμού σε μια αβλαβή, υπό φυσιολογικές συνθήκες ουσία. Η σοβαρότητα της κατάστασης μπορεί να ποικίλει από ένα ήπιο εξάνθημα έως την **αναφυλαξία**, μια ακραία αλλεργική αντίδραση, η οποία μπορεί να είναι απειλητική για τη ζωή.

Στις αναπτυγμένες χώρες, οι αλλεργίες αποτελούν τις πιο κοινές χρόνιες ασθένειες, καθώς εμφανίζονται στο γενικό πληθυσμό σε ποσοστό 15% έως 30%. Κάθε χρόνο στις Ηνωμένες Πολιτείες, περίπου 40 άνθρωποι χάνουν τη ζωή τους μετά από τσιμπήματα σφηκών ή μέλισσας και περίπου 100 μετά από κατανάλωση τροφών.

Τα αλλεργιογόνα, ανάλογα με τον τρόπο που εισέρχονται στο σώμα, διακρίνονται σε 4 μεγάλες κατηγορίες. Τα **εισπνεόμενα**, εισέρχονται στο σώμα μέσω της μύτης και του στόματος, όπως η σκόνη, το τρίχωμα των ζώων, η μούχλα και η γύρη. Τα **εξ επαφής αλλεργιογόνα** έρχονται σε άμεση επαφή με το δέρμα, όπως για παράδειγμα καλλυντικά, μέταλλα σε κοσμήματα και διάφορα φυτά. Τα **καταπινώμενα**, εισέρχονται στον οργανισμό με την κατάποση και είναι συνήθως τροφές ή φάρμακα. Τα συχνότερα αναγνωρισμένα τροφικά αλλεργιογόνα είναι το γάλα, το αυγό, τα ψάρια, τα οστρακοειδή, οι ξηροί καρποί, η σόγια και το σιτάρι. Οποιοδήποτε φάρμακο, μπορεί να προκαλέσει αλλεργική αντίδραση, ωστόσο κάποια έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα όπως η ασπιρίνη και τα αντιβιοτικά. Τέλος, τα **ενιέμενα αλλεργιογόνα**, εισέρχονται στο σώμα μέσω υποδόριων, ενδομυϊκών και ενδοφλέβιων ενέσεων ή μέσω δηγημάτων ζώων και τσιμπημάτων εντόμων.



Τα **συμπτώματα** της αλλεργίας αποτελούν η ερυθρότητα, εξίδρωση, εξοίδηση, καθώς και αναπνευστικά συμπτώματα όπως συριγμός και δύσπνοια. Η καταρροή, ο πταρμός, η δακρύρροια καθώς η ερυθρότητα και ο κνησμός των οφθαλμών, είναι συχνά όταν η μύτη και οι οφθαλμοί εκτίθενται σε εξ επαφής αλλεργιογόνα. Η **Συστηματική Αναφυλαξία (shock)**, εξελίσσεται ταχύτατα και μπορεί να εμφανιστεί απροειδοποίητα ακόμη και αν έχουν προηγηθεί επαφές με το αλλεργιογόνο, χωρίς αντίδραση. Ο ασθενής παρατηρεί αίσθημα βάρους στο στήθος, κοιλιακό άλγος, έντονη ανησυχία και έντονη αναπνευστική δυσχέρεια.

**Όταν ο ασθενής προσδιορίσει τα αλλεργιογόνα, θα κληθεί να ανακαλύψει τρόπους αποφυγής τους ή ελαχιστοποίηση της έκθεσης του σε αυτά.** Στο πλαίσιο της **θεραπείας** των αλλεργιών, δίνονται φαρμακευτικά σκευάσματα με στόχο την ανακούφιση από τα συμπτώματα. Όταν η αποφυγή της έκθεσης στα αλλεργιογόνα είναι αδύνατη ή αν τα συμπτώματα δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν ικανοποιητικά, τότε μπορεί να προταθεί στον ασθενή ένα άλλο είδος θεραπείας η **απευαισθητοποίηση**.

Σύμφωνα με τον ΠΟΑ, οι αλλεργίες αποτελούν ένα πρόβλημα δημόσιας υγείας. Ως εκ τούτου, απαιτείται αύξηση των ενεργειών πρόληψης και βελτίωσης της θεραπείας. **Η επιτυχής αντιμετώπιση της υπερευαισθησίας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την ικανότητα του ασθενούς να αντιλαμβάνεται την αλλεργία και να ακολουθεί το προτεινόμενο σχήμα θεραπείας.**