

## Jak skutecznie uwolnić się od alergii?

**Zima w pełni, wielu z nas z niecierpliwością wyczekuje nadchodzącej wiosny, ale nie dla wszystkich jest ona sprzyjającym okresem roku.**

Wraz z pierwszymi ciepłymi promieniami słońca alergicy zaczynają mieć problemy związane z budzeniem się przyrody do życia, czyli z **pyleniem roślin**. Poczynając to drzewa (szczególnie silnie daje się we znaki **pyłek brzozy** – bardzo silny **alergen**) później wiosną – trawy i zboża, a w końcu lata chwasty. Przez cały ciepły okres roku towarzyszą nam te alergeny zarodnikujących roślin zewnątrzdomowych.

Niestety, w chłodnej części roku (jesień i zima) nie wszyscy alergicy odetchną spokojnie. Ci, którzy uczuleni są na **roztocze kurzu domowego**, **pleśnie wewnętrzne** i **sierści zwierząt domowych** wcale nie w tym okresie mają najwięcej dolegliwości.

Medycyna dysponuje wieloma skutecznymi lekami niwelującymi przykre, a czasem wręcz niebezpieczne objawy alergii, ale trzeba je stale przyjmować, licząc się z możliwymi wystąpieniem objawami ubocznymi. Dysponujemy jednak metodą skutecznie i długotrwale uwalniającą od alergii – **immunoterapią alergenów**.

Metoda ta polega na podskórnym lub podjęzykowym podawaniu alergenu w zwiększających się dawkach pod kontrolą lekarską. Pozwala to na przestrojenie układu immunologicznego, który zaczyna tolerować dany alergen, oraz zaczyna lepiej radzić sobie z infekcjami, na które zwykle alergik jest bardziej narażony. Immunoterapia popularnie nazywana odczulaniem zapobiega również powstawaniu nowych uczuleń, oraz jest metodą zapobiegania astmie u pacjentów z alergicznym nieżytym nosa.

**Immunoterapia** jest leczeniem długotrwałym (minimum 3 lata) ale nie jest to metoda uciążliwa (przyjmowanie szczepionki podjęzykowej w domu i okresowe kontrole lekarskie, lub co ok 5 tygodni podskórny zastrzyk pod kontrolą lekarską)

Efekt leczenia jest widoczny już w pierwszym roku odczulania, ale aby efekt ten utrzymał się, konieczna jest kontynuacja leczenia, jak wspomnieliśmy minimum 3 lata, a zwykle do 5 lat.

Odczuwać można na alergeny powietrzno pochodne jak pyłki traw, drzew, chwastów (odczulanie okołosezonowe), ale również na alergeny roztoczy kurzu domowego, alternarii (pleśń zewnętrzna) oraz alergeny kota (w wyjątkowych przypadkach) – tu odczulanie musi być całoroczne.

Nie można jeszcze w chwili obecnej odczuwać na pokarmy, aczkolwiek cały czas prowadzone są prace nad stworzeniem takiej szczepionki.

Aby rozpocząć immunoterapię konieczna jest staranna kwalifikacja pacjenta do tej metody. Ewentualne niepowodzenia leczenia związane są zwykle z brakiem kwalifikacji lub nieprawidłowym prowadzeniem leczenia. Odpowiednie badania (w tym testy, spirometria i inn.)

wykonujemy w okresie wolnym od objawów choroby, a więc dla uczulonych na pyłki zima jest najlepszym okresem do takiej kwalifikacji. Rozpocznij odczulanie również należy odpowiednio wcześniej przed spodziewanym pyleniem roślin.

Trzeba więc odpowiednio wcześniej pomyśleć o nadchodzącej wiosnie abyśmy mogli cieszyć się jej urokami bez niepotrzebnych cierpień związanych z alergią

[Zapraszamy do umawiania wizyt u naszych lekarzy alergologów](#)

Tekst: dr A. Wójtowicz

---

**Zamieszczone teksty stanowią własność intelektualną autorów, tym samym nie mogą być wykorzystywane w całości lub w części bez zgody autorów.**