

Leczenie objawów alergii na Roztocza Kurzu Domowego

Oprócz unikania alergenów, do złagodzenia objawów, jest zazwyczaj potrzebne przyjmowanie leków w formie tabletek lub aerozoli do nosa. Niekiedy objawy są tak nasilone, że konieczne jest łączenie różnych rodzajów leków jednocześnie.

Niestety, objawy powracają po odstawieniu leków, które nie likwidują przyczyny powstawania objawów, czyli uczulenia.

Szczepionki alergenowe

Jednym ze skutecznych sposobów leczenia alergii na roztocze kurzu domowego jest tzw. odczulanie. W procesie odczulania, czyli immunoterapii swoistej dochodzi do stopniowego zwiększania tolerancji na alergeny roztoczy. Jest to leczenie długotrwałe, wymagające systematycznych wizyt w gabinecie alergologa.

Zasady leczenia

Odczulanie polega na podawaniu zastrzyków podskórnych: początkowo w odstępach tygodniowych, a następnie, po osiągnięciu dawki podtrzymującej, w miesięcznych. Leczenie trwa przez trzy do pięciu lat i odbywa się zawsze w gabinecie / poradni alergologicznej, pod kontrolą lekarza alergologa.

Korzyści z odczulania

W pierwszej fazie skuteczność odczulania zależy w dużej mierze od początkowego nasilenia objawów choroby oraz od możliwości zmniejszenia stężenia alergenów roztoczowych w środowisku domowym.

Immunoterapia może być, i zwykle jest prowadzona równolegle z leczeniem objawowym (leki). Miarą poprawy jest zwykle zauważalne zmniejszenie zapotrzebowania na leki (możliwość zmniejszenia dawek).

Odczulanie alergenami roztoczy kurzu domowego nie tylko leczy objawy alergii, ale również samą chorobę.

Udowodniono, że pacjenci odczulani rzadziej uczulają się na kolejne alergeny. Dodatkowo u tych, którzy chorują tylko na alergiczny nieżyt nosa zmniejsza się ryzyko rozwoju astmy. Korzyści z odczulania pozostaną nawet przez 8-10 lat po zakończeniu leczenia.



ALK-Abelló Poland
ul. Puławska 314, 02-819 Warszawa
Tel: 022 832 09 15; Fax: 022 639 87 94

Marzec 2011

INFORMACJE NA TEMAT ALERGII NA ROZTOCZE KURZU DOMOWEGO



ALK-Abelló Poland. Puławska 314 02-819 Warszawa Tel: 022 832 09 15 Fax: 022 639 87 94

Roztocze kurzu domowego

Roztocze są niewidocznymi gołym okiem organizmami długości około 0,3 mm, które mogą występować w różnych środowiskach.

Pośród wielu znanych gatunków roztoczy tylko niektóre mają znaczenie w alergologii.

Dla osób nieuczulonych roztocze są niemal zupełnie obojętne. Można je znaleźć w każdym domu. Te mikroskopijne organizmy występują w dużych ilościach w mieszkaniach, ponieważ ciepłe i wilgotne środowisko sprzyja ich rozwojowi. Roztocze kurzu domowego żyją w materacach, pościeli, tapicerce mebli, kotarach oraz dywanach. Rozwijają się latem, a giną zimą. Żywią się złuszczonego ludzkiego naskórkiem. Z tego właśnie powodu najwięcej roztoczy znajduje się w sypialni, w której każdy z nas spędza średnio około ośmiu godzin na dobę. W tym czasie wdychamy duże ilości alergenów roztoczowych.

Reakcję alergiczną wywołują białka zawarte w odchodach roztoczy. Jesienią i zimą wilgotność w mieszkaniach jest mniejsza niż latem. Wówczas wyschnięte cząstki odchodów roztoczy rozpraszają się w powietrzu dzięki ruchom powietrza wymuszonym przez centralne ogrzewanie (ciepłe powietrze unosi się ku górze). Dużej koncentracji alergenu sprzyja też gorsze niż latem przewietrzanie pomieszczeń. Z tego powodu objawy uczulenia na roztocze kurzu domowego nasilają się właśnie w okresie jesienno-zimowym.

Choroby wywołane alergenami roztoczowymi

Białka znajdujące się w odchodach roztoczy stymulują głównie drogi oddechowe wywołując alergiczny nieżyt nosa i astmę. U osób uczulonych na roztocze kurzu domowego zwykle w pierwszej kolejności pojawia się przewlekły alergiczny nieżyt nosa, a po kilku / kilkunastu latach mogą wystąpić pierwsze objawy astmy. Pacjenci z nieżytem nosa skarżą się przede wszystkim na zatkanie nosa, szczególnie rano, w okresie jesienno-zimowym. U pacjentów z atopowym zapaleniem skóry, uczulonych na roztocze kurzu domowego, kontakt z alergenem często powoduje zaostrzenie dolegliwości. Objawy mogą utrzymywać się przez cały rok, ale zwykle nasilają się również w okresie jesienno-zimowym.

Diagnoza

Aby zdiagnozować alergię na roztocze kurzu domowego należy przede wszystkim powiedzieć lekarzowi o objawach - kiedy, gdzie i w jakich okolicznościach występują.

Najpowszechniejszym, stosunkowo niedrogim i szybkim sposobem pomocnym w ustaleniu rozpoznania są tzw. testy skórne. Badanie to polega na delikatnym nakłuciu skóry poprzez kroplę nałożonego uprzednio roztworu alergenu. W przypadku alergii w miejscu nakłucia pacjent odczuwa świąd, dochodzi do zaczerwienienia i uwypuklenia skóry (tzw. rumień i bąbel).

W większości przypadków wywiad i testy skórne wystarczają do rozpoznania choroby. Niekiedy, niezbędne jest jednak, wykonanie testu krwi na obecność przeciwciał IgE.

Rady: jak zmniejszyć ilość alergenów roztoczowych w domu

Co możemy zrobić, jeżeli jesteśmy uczuleni na roztocza?

Całkowite usunięcie roztoczy kurzu domowego jest niemożliwe. Możliwe jest natomiast znaczne zredukowanie ich ilości. W tym celu konieczne są systematyczne i przemyślane działania.

Wskazane jest częste wietrzenie, szczególnie sypialni, 2-3 razy dziennie przy szeroko otwartym oknie, przez 5 do 10 minut.

Należy usunąć wszelkie przedmioty i meble, które zatrzymują kurz, takie jak dywany, wykładziny dywanowe, zasłony.

Jeżeli w domu są pluszowe maskotki, powinniśmy mieć pewność, iż można je prać, jeśli nie - należy się ich pozbyć.

Podłoga powinna mieć gładką, zmywalną powierzchnię (parkiet lub terakota). Należy ją myć wilgotną ścierką lub „mopem” kilka razy w tygodniu.

Wymienione zmiany powinny dotyczyć w pierwszej kolejności sypialni osoby uczulonej.

Zmniejszeniu ilości alergenów sprzyja też odkurzanie odkurzaczem o wysokiej skuteczności czyszczenia z systemem filtrującym (tzw. filtry HEPA).

Wskazane jest odkurzanie przy otwartym oknie, ponieważ podczas sprzątania drobiny kurzu unoszą się i dlatego wietrzenie jest w tych warunkach bardziej efektywne. Torbę z odkurzacza należy wyrzucić zaraz po sprzątnięciu - roztocze mogą się z niej łatwo wydostać.

Prześcieradło i powłoczki należy prać raz na tydzień w temperaturze co najmniej 60°C. Kołdry, poduszki, koce - również w temperaturze co najmniej 60°C.

Należy również pamiętać o tym, aby co miesiąc odwracać materac.

Aby ograniczyć kontakt z alergenem warto stosować specjalne nieprzepuszczalne pokrowce na materace i pościel.

Mimo że roztocze rozwijają się w wilgotnym środowisku, nie należy zbytnio redukować wilgotności w pomieszczeniach, bo ma to niekorzystny wpływ na drogi oddechowe - szczególnie u pacjentów chorych na astmę.