

Alergia jej prejavy, príznaky a symptómy

Alergia je vlastne prehnaná reakcia organizmu, ktorá vznikne v prípade kontaktu s bežnými, neškodnými látkami. Genetický predpoklad náchylnosti na rôzne druhy alergických ochorení sa označuje ako atopia a vedci už zmapovali niekoľko génov, ktoré sú zodpovedné za alergické reakcie. Odborníci predpokladajú, že za rýchly nárast počtu alergických ochorení zodpovedá viacero faktorov. Okrem genetickej predispozície je to napríklad vplyv znečisteného ovzdušia a životného prostredia, pôsobenie rôznych chemických látok, infekcie, ale vznik alergie môže podnecovať napríklad aj prehnaná hygiena. K ďalším rizikovým faktorom patrí aj fajčenie matky v tehotenstve. Alergické príznaky sa objavia vtedy, keď sa alergik dostane do styku s alergénom. Podobajú sa na bežné ochorenia ako prechladnutie, podráždená pokožka či žalúdočná nevoľnosť. Alergik opakovane pociťuje výrazné ťažkosti pri dýchaní, má pocit nedostatočného prívodu vzduchu, neustále kýcha, slzia a červenajú mu oči.

Alergia je búrlivá lokálna alebo systémová reakcia na alergény. Lokálnymi príznakmi môžu byť:

- zdureníe nosnej sliznice (alergická nádcha)
- začervenanie a svrbenie očí (alergický zápal spojiviek)
- zúženie priedušnice, priedušiek, dušnosť a dychová nedostatočnosť, niekedy doslova astmatický záchvat
- pocit zaplnenia až bolesti v ušiach, zhoršený sluch vplyvom nepriechodnej Eustachovej trubice
- ekzém, vyrážka (žihľavka), a ďalšie kožné reakcie
- zriedka i bolesti hlavy

Systémová alergická reakcia sa nazýva anafylaxia. V závislosti na miere závažnosti môže vyvolať kožnú reakciu, zúženie priedušiek, opuch, zníženie krvného tlaku a dokonca smrť.

Alergia sa môže prejavovať v tráviacom trakte ako hnačka, nechutenstvo, bolesti v bruchu, pocity na zvracanie. Tieto prejavy môžu signalizovať rôzne iné ťažkosti, ale môžu byť aj alergického pôvodu. Opuchnuté pery a svrbenie pier, či úst, jazyka, podnebia a hrdla. Tu už ide o alergiu bez pochybností. Môže ísť o reakciu na pokrm, ktorý jeme, napríklad na arašidy, alebo na jeho skrytú súčasť – napríklad pleseň.

Okrem tráviaceho traktu určite všetci poznáme alergické prejavy ako sú kýchanie a nádcha. Ak nie je nádcha spôsobená vdýchnutím alergénu, napríklad pri čistení zemiakov, ide väčšinou o celkovú alergickú reakciu po požití potravy a kýchanie či nádcha sú len jedným z príznakov. Priedušková astma, čiže sťažené dýchanie môže vzniknúť po inhalácii alergénu, napríklad pri varení, či krájaní surovín.

Na alergén v potrave môže reagovať aj koža. 30 až 60 minút po zjedení nevhodnej potraviny sa môžu objaviť rôzne výsypy, začervenania, pocity svrbenia kože. Pretrvávajúce kožné prejavy môže byť rôzne dlhé, niekedy pár hodín, inokedy pár dní. Ak máme kožné problémy, je dobré myslieť aj na možnosť alergie na niektorú potravinu, alebo niekedy za kožné prejavy môže kozmetika – mydlo, šampón, krém alebo aviváž na uterákoch.