

## Hlavní přínosy alergenové imunoterapie pro lepší kvalitu života:

1. zmírňuje nebo časem dokonce odstraňuje příznaky alergie
2. snižuje množství užívaných léků
3. pomáhá preventivně bránit vzniku nových senzibilizací (přecitlivělostí)
4. pomáhá preventivně bránit rozvoji alergické rýmy v alergické astma

Chcete získat **více informací?**  
Požádejte o radu svého alergologa.

Vše o respirační alergii a možnostech řešení naleznete také na

[www.jsem-alerik.cz](http://www.jsem-alerik.cz)

# Zkřížené alergie

 **STALLERGENES**

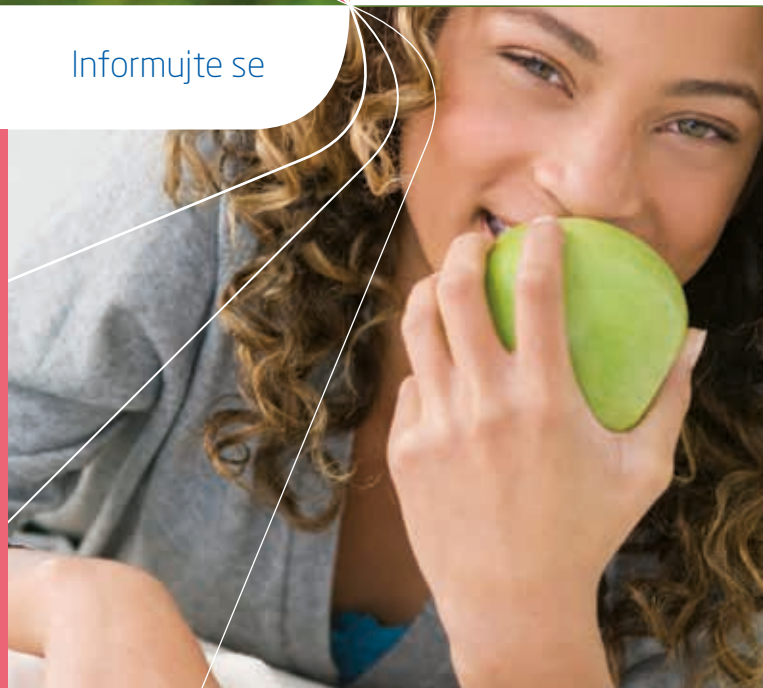
Informujte se

Tento materiál vznikl ve spolupráci s MUDr. Martinem Fuchsem  
(Imunologická a alergologická ambulance, Immuno-flow s.r.o., Praha 9 – Letňany)

 **STALLERGENES**

STALLERGENES CZ, s.r.o., Křenova 7, 162 00 Praha 6  
tel.: +420 222 515 342, fax: +420 222 518 096  
e-mail: [info@stallergenes.cz](mailto:info@stallergenes.cz)

CZ-GEN-EDU-3212-exp1117



# 0 alergií



## Co je to alergie?

Alergie je nepřiměřená reakce imunitního systému na kontakt s okolním biologickým prostředím (např. kontakt s pyly, s roztoči, se zvířecí srstí nebo s potravinami atd.). Biologický materiál prostředí (mikroorganismy, živočichové, rostliny) obsahuje velké množství látek bílkovinné povahy, na které imunitní systém alergického pacienta může reagovat přecitlivěle (tzv. alergeny).

### Alergická reakce probíhá ve dvou fázích:

1. tzv. **senzibilizace (přecitlivělost)**, během které imunitní systém potenciálního alergika rozpozná a zapamatuje si danou látku jako alergen
2. vlastní **alergická reakce**, která se již projeví charakteristickými příznaky při každém dalším kontaktu s alergenem

### Příznaky alergie:

- **příznaky v oblasti úst:** otok rtů, jazyka, patra, svědění – často s postupem až do uší, obtížné polykání (odborně tzv. orální alergický syndrom)
- **dýchací potíže:** kašel, průduškové astma, alergická rýma; tyto dýchací potíže jsou často spojeny i s alergickým zánětem spojivek
- **kožní potíže:**
  - krátkodobé (obvykle kopřivka pouze na určitém místě těla, otoky obličeje, víček, prstů aj.)
  - přetrvávající (ekzém)
- **trávicí potíže:** zvracení, nevolnost, bolesti břicha, koliky, nadýmání, pozdější příznaky – průjmky
- **anafylaktická reakce:**
  - silně svědivé kopřivky po celém těle včetně dlaní a plosek nohou, otoky podkoží, otoky sliznic včetně krku a hrtanu (odborně tzv. Quinckeho edém)
  - srdečně cévní příznaky (pokles krevního tlaku, poruchy prokrvení, slabý a zrychlený puls), nadměrné pocení, poruchy vědomí, v krajním případě anafylaktický šok (nejzávažnější forma anafylaktické reakce)

## Co je to zkřížená alergie?

Je to reakce na alergen, který nevyvolal původní senzibilizaci (přecitlivělost).

Pokud osoba alergická na určitý alergen zareaguje také na alergen jiný (odlišný jen zdánlivě), hovoříme o zkřížené alergii. Základní podmínkou je chemická příbuznost těchto alergenů.

Chemicky podobných alergenů je v prostředí velké množství, některé z nich můžeme najít doslova na každém kroku (odborně tzv. pan-alergeny).

### Pacient s alergií na jediný alergen může tedy reagovat zároveň na:

- pyl a potraviny
- na různé potraviny
- na různé pyly

## Nejobvyklejší zkřížené alergie

Níže uvedené zkřížené alergie se objevují relativně často. Zkříženou alergií trpí odhadem okolo 10–50% alergiků, záleží na typu alergie:

### Zkřížené alergie mezi pyly

<b>bříza</b>	líška, olše, habr, dub, buk a kaštan, vzácně trávy a některé byliny
<b>trávy</b>	jen příbuzné trávy z čeledi lipnicovitých (např. bojinek, jílek), kam nicméně patří i nejznámější obiloviny (např. pšenice, žito, oves, ječmen, kukuřice)
<b>ambrózie</b>	třapatka ( <i>Echinacea</i> ), slunečnice, pelyněk, pampeliška, ibišek a heřmánek
<b>pylněk</b>	ambrózie, slunečnice, heřmánek

## Zkřížené alergie mezi pyly a potravinami

<b>břiza</b>	malvice (jablko, hruška), peckovice (broskev, nektarinka, třešeň, švestka, meruňka), kiwi, kořenová zelenina (mrkev, celer, petržel, brambory), lískový ořech, vlašský ořech i arašíd; tento syndrom se často nazývá <b>syndrom jablko-celer-lískový ořech</b> .
<b>trávy</b>	pšenice – mouka i jiné obilné mouky, vzácněji rajské jablíčko
<b>ambrozie</b>	banán, vodní, medový i ananasový meloun, ale například i heřmánkový čaj
<b>pelyněk</b>	celer, mrkev, petržel, koření (fenykl, kmín, kopr, anýz, libeček)
<b>fíkus</b>	fíky, kiwi, ananas, banán, avokádo a jiné

## Zkřížené alergie mezi potravinami

		pravděpodobnost zkřížené reakce
<b>vejce</b>	drůbeží maso	maximálně 10 %
<b>kravské mléko</b>	hovězí maso	maximálně 10 %
<b>kravské mléko</b>	kozy mléko, ovčí mléko	až 95 %
<b>arašidy</b>	sója, hrách, čočka, fazole, lupina – vličí bob	jen kolem 5-10 %
<b>lískové oříšky</b>	vlašský ořech, kešu, pistácie, para ořech, pekan, makadam aj.	až 40 %
<b>sezam</b>	mák, hořčice, slunečnice, řepka olejka a další druhy semen včetně některých ořechů a luštěnin	v některých případech vysoká, tj. 20-50 %
<b>ryby</b>	další ryby (mořské i sladkovodní)	až 50 %
<b>krevety</b>	korýši a měkkýši: krab, rak, humr, langusta, rak, olihně, chobotnice, ústřice i jiné mušle	až 75 %
<b>pšenice</b>	ječmen, žito	do 20 %
<b>jablko</b>	hruška, broskev, nektarinka, švestka, třešeň i meruňka	50-90 %
<b>meloun</b>	všechny možné druhy melounů, ale i banán, avokádo, latex	jiné ovoce (50 %) latex (10 %)

## Zkřížené alergie mezi zvířaty

		pravděpodobnost zkřížené reakce
<b>kočka</b>	čeleď kočkovití a překvapivě i vepřové maso	do 5 %
<b>roztoci</b>	švábi, různí členovci – např. korýši (rak, krab, langusta, krevety) a pavoukovci (štíři, pavouci)	velmi nízká

## Zkřížené alergie mezi alergeny nepylového původu a potravinami

		pravděpodobnost zkřížené reakce
<b>roztoci</b>	hlemýžď, korýši a měkkýši (krab, rak, humr, langusta, rak, olihně, chobotnice, ústřice i jiné mušle)	velmi nízká
<b>latex</b>	kiwi, banán, avokádo, jedlé kaštiny, meloun, fíky, mango, mučenka, papája (odborně tzv. latex fruit syndrom), výjimečně i broskev, rajské jablíčko, paprika, brambory a pohanka	až 35 %
<b>ptáci - peří</b>	slepičí a křepelčí vejce, kuřecí a krůtí maso	velmi nízká

# Jak bojovat s alergií?

## Stanovit diagnózu

Je třeba navštívit alergologa, který zjistí pravou příčinu vaší alergie.

### Stanovení diagnózy probíhá v několika krocích:

- podrobný rozbor obtíží i okolností, za kterých vznikají (prostředí a způsob života), a rozbor dosavadního způsobu léčby (odborně tzv. anamnéza)
- kožní testy (tzv. bodové neboli prick testy): k ověření podezřelých alergenů – na vnitřní stranu předloktí se aplikují kapky alergenových extraktů, které umožní určit alergen (případně alergeny) způsobující přecitlivělost
- krevní testy: většinou ke zjištění hladin specifických alergických protilátek, slouží k potvrzení závěru

Váš alergolog by měl v optimálním případě určit, který alergen je zodpovědný za alergickou reakci a kdy se jedná pouze o tzv. senzibilizaci (tedy přecitlivělost bez příznaků alergie).

Před objevením principu zkřížené alergie byli někteří alergici klasifikováni jako „alergičtí na všechno“. Vždy ale existuje hlavní alergen/alergeny, ke kterým lze na základě zkřížené reaktivity přiřadit jiné, jejichž testy vyjdou také pozitivně. Ty však nemusí u pacienta vyvolávat skutečné obtíže.



## Řešit příčinu alergie

Alergenová imunoterapie je jediná léčba, která **ovlivňuje samu příčinu alergického onemocnění**. Používá se u pylové, roztočové, zvířecí, popřípadě u plísňové alergie.

Princip alergenové imunoterapie spočívá ve snižování přecitlivělosti organismu na alergen. Postupným užíváním zvyšujících se dávek alergenu si pacient vybuduje vůči alergenu (alergenům) snášenlivost. Dojde ke zmírnění příznaků alergie, a tím pádem se sníží i množství užívaných úlevových léků.

**Alergenová imunoterapie má jak preventivní, tak léčebný účinek.**

**Preventivně pomáhá bránit:**

- vzniku dalších senzibilizací (přecitlivělosti)
- rozvoji alergického astmatu

**Alergenovou imunoterapii může na základě diagnózy předepsat pouze váš alergolog.**

Lékař odliší alergii od senzibilizace (přecitlivělosti), případně od zkřížené reaktivity, a určí přesně alergen nebo alergeny, na které je třeba zacílit alergenovou imunoterapii.

## Zmírnit příznaky

Úlevové (symptomatické) léky lze užívat jednak lokálně (nosní či oční kapky, nosní spreje, inhalační aerosoly i práškové formy), jednak i systémově (tablety, kapky, sirupy, injekce).

Některé poskytují pouze dočasné zmírnění příznaků (např. antihistaminika), některé se vyznačují hlubšími, dlouhodobějšími účinky v souvislosti s útlumem zánětlivých procesů při alergických reakcích (např. kortikosteroidy, antileukotrieny, kromony, některá antihistaminika).

**Žádné z těchto léků však neovlivňují skutečnou příčinu vaší alergie.**



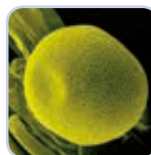
## Omezit kontakt s alergenem

Omezení kontaktu s alergenem je často nemožné (např. v případě alergie na roztoče či na pylu), proto je třeba zahájit léčbu.



### Potravinová alergie

Alergolog na základě objektivních vyšetření doporučí, kterým potravinám je třeba se vyhýbat. Pak byste měli pozorně číst etikety na produktech a včas odhalit případné skryté alergeny. Léčba potravinové alergie je založena především na odstranění problematické potraviny/potravin z jídelníčku, léky hrají obvykle pouze roli podpornou.



### Pylová alergie

Pyl se v sezóně šíří vzduchem, zejména za teplých a slunečných dnů. Za větrného počasí může být nesen i na kilometry daleko. Množství pylu v ovzduší klesá za deštivých, chladných a vlhkých dnů.

**Možná opatření:**

- pokud je právě sezóna pylu, na který jste alergičtí, neprocházejte se v přírodě za suchých, slunečných či větrných dnů ve volném prostoru a u okraje budov i lesů (= filtr pylů)
- zavírejte okna, především v dopoledních a časných odpoledních hodinách, kdy je pylu v ovzduší nejvíce, popřípadě používejte sítě – lapače pylu v oknech
- v autě jezděte se zavřenými okénky
- doma se hned převlékejte a večer před spaním si myjte vlasy
- nesušte prádlo venku
- nesekejte trávu



### Alergie na roztoče

- čistěte pravidelně předměty, ve kterých se roztočům daří (perte lůžkoviny i plyšové hračky na 60 °C)
- raději než koberec zvolte parkety či linoleum
- používejte hubič roztočů a speciální nepropustné povlaky na lůžkoviny, včetně návleku na matraci