Как возникает аллергия?

Сергей Нора, главный внештатный специалист аллерголог-иммунолог Министерства здравоохранения Новгородской области.

С каждым годом все больше людей сталкиваются с аллергией. По данным ВОЗ, от нее страдает до 35% населения мира. В чем причины такого роста и как формируется аллергическая реакция?

Аллергия — это неадекватная реакция иммунной системы на безвредные вещества, которые организм ошибочно воспринимает как угрозу.

За последние 20 лет в промышленно развитых странах число случаев астмы у детей и подростков выросло в 3–4 раза. Аллергия занимает четвертое место среди всех неинфекционных заболеваний. Ежегодно количество аллергиков увеличивается на 35–40 миллионов человек, а каждые 10 лет статистика удваивается.

**Главные причины роста аллергических заболеваний**

Ученые по-разному объясняют такой рост заболеваемости, но самый очевидный и влиятельный фактор — это урбанизация. Увеличение выбросов токсичных газов от автомобилей и промышленных предприятий ослабляет организм. Избыточная нагрузка на нервную систему у городского населения провоцирует нарушения в работе иммунной системы.

Употребление в пищу консервированных продуктов питаниятакже может стать причиной развития аллергии. Многие из них безвредны, но некоторые способны вызывать аллергические реакции.

**Самые распространенные аллергены:**

Бытовые: клещи домашней пыли, плесень, шерсть животных;

Пищевые: молоко, яйца, арахис, пшеница, рыба, морепродукты;

Сезонные: пыльца березы, луговых трав, сорных растений.

Важную роль в развитии аллергии играет генетика. Существуют гены атопии — чрезмерной склонности организма к аллергической реакции. Эти гены несут в себе предрасположенность к развитию неадекватных иммунных реакций. Например, ген C11orf30 повышает риск развития аллергии к нескольким аллергенам.

Кроме того, риск развития аллергии у ребенка зависит от наследственности. Если аллергия есть у одного из родителей, то риск ее развития у ребенка составляет от 30 до 40%, а если больны оба родителя — от 70 до 80%.

Аллергию можно диагностировать с помощью кожно-аллергической пробы или иммунно-ферментного анализа.

В первом случае на кожу наносятся капли исследуемых аллергенов и затем проводится оценка реакции организма, а во втором обнаруживают в крови человека антитела к конкретным аллергенам.

Самый эффективный метод лечения аллергии — полная изоляция человека от раздражителя. Однако иногда это невозможно или крайне сложно, например, если аллергическая реакция возникает на пыль или цветение березы.

Существуют различные методы лечения аллергии: симптоматическая терапия (снятие зуда, отеков, кашля, одышки), подавление антител или других белков иммунной системы. Аллерген-специфическая иммунотерапия, или АСИТ, считается самым перспективным методом лечения аллергии, при котором точно диагностируют нужный раздражитель и формируют толерантность к нему.

Неделю с 7 по 13 июля Министерство здравоохранения Новгородской области посвящает профилактике аллергических заболеваний в честь Всемирного дня борьбы с аллергией, который отмечается 8 июля.