

# Что такое аллергия?



**Аллергия** – это повышенная чувствительность организма к повторным воздействиям каких – либо веществ (антигенов, являющаяся результатом нарушений иммунной системы).

В норме иммунитет не только защищает от инфекционных болезней, но и постоянно очищает внутреннюю среду от генетически чуждых клеток, которые могут нанести вред здоровью. Но иногда иммунная система *«превышает свои полномочия»* и начинает реагировать по сути на безвредное вещество, принимая его за опасное, а при повторных встречах с ним дает чрезмерную реакцию.

## Каким образом происходит развитие аллергических болезней?

Предрасположенность к аллергии обусловлена преимущественно наследственностью. Если один из родителей страдает аллергией, то риск развития аллергических реакций у ребенка равен 30%, если оба родителя – 60%.

Помимо наследственности, важную роль в проявлении заболевания играют контакты с различными аллергенами – бытовыми, пищевыми, пыльцевыми, грибковыми и др. при повторных встречах с тем или иным аллергеном развиваются повышенная чувствительность к нему и готовность к чрезмерной иммунной реакции. Однако первые проявления могут наступить как через несколько дней, так и через несколько лет.

Какие вещества способствуют развитию аллергических болезней?

## Что такое бытовая аллергия?

Контакты с веществами, обладающими выраженной аллергенной активностью, происходят постоянно.

Бытовая аллергия развивается в ответ на действие обычных факторов внешней среды, с которыми ребенок контактирует в

повседневной жизни (дома, в детском саду и т. п.) как правило это домашняя пыль, которая содержит обширный комплекс аллергенов. Сюда входят мельчайшие частички ворса ковров, тканей, пуха и пера подушек, шерсти и слюны домашних животных, перхоть и волосы, споры плесневых грибков, частички и экскременты тараканов, сухой корм аквариумных рыб и т. д. Все эти компоненты могут вызвать аллергию, однако решающую роль в ее развитии играют микроскопические клещи рода *Дермофагоидес*, которые также содержатся в домашней пыли. Больше всего их в постельных принадлежностях, так как клещи питаются слущивающимися частичками эпителия кожи человека.

Основной путь проникновения аллергенов домашней пыли – вдыхание с воздухом, поэтому главными проявлениями бытовой аллергии являются аллергический насморк, ларингит, сопровождающийся ложным крупом, астматический бронхит, бронхиальная астма.



## Как предупредить развитие бытовой аллергии?

1. По возможности разгрузить помещение от вещей, собирающих пыль: абажуров, ковров, скатертей и штор, которые нельзя часто стирать.
2. Убирать помещение пылесосом минимум раз в неделю, регулярно меняя фильтры.
3. Влажную уборку пола проводить в квартире ежедневно.
4. Книги, одежду и белье следует хранить только в закрытых шкафах.
5. В помещении всегда должен быть свежий и чистый воздух.
6. Не следует держать в доме животных, особенно кошек, птиц, хомяков, аквариумных рыб. Если вы не в состоянии расстаться с собакой, мойте ее раз в неделю. Собака не должна спать в одной комнате с ребенком.
7. Следить, чтобы в помещении не было отсыревших пятен на потолке и стенах, скопления влаги в ванной комнате и туалете.