



ALERGIJA NA PIK ŽUŽELKE

Lea Gril-Jevšek

1. Kako pogosta je alergija na strupe žuželk?

Alergijsko reakcijo po piku žuželk ima okrog 0,5 % ljudi. Zaradi tovrstne reakcije v Sloveniji vsako leto umre ena oseba.

2. Kaj povzroča nastanek alergije na pik žuželke?

Pri nekaterih ljudeh beljakovine v strupu žuželk spodbudijo tvorbo specifičnih protiteles razreda IgE. Ob naslednjem piku se iz senzibiliziranih celic sprostijo histamin in drugi mediatorji, ki povzročajo alergijsko reakcijo. Alergija torej ni posledica delovanja strupa žuželke, temveč nepotrebne in burnega odziva imunskega sistema na nekatere sestavine v strupu. Ker se mora organizem alergijskega odziva naučiti, se alergijska reakcija nikoli ne pojavi po prvem piku. Ko pa se alergija enkrat pojavi, lahko alergijsko reakcijo pričakujemo po vsakem ponovnem piku enake (ali sorodne) žuželke. Bolnik, ki je imel alergijsko reakcijo, se dva od tri tedne po tej reakciji manj burno odzove na ponovni pik. Preobčutljivost za strup pri nekaterih bolnikih izgine, če jih žuželka več let ni pičila.

3. Kako se alergija na pik žuželke kaže?

Večina ljudi po pikih žuželk iz reda kožekrilcev (čebel, čmrljev, os, sršenov) nima večjih težav. Takoj po piku začutijo bolečino, na mestu vboda pa se pojavita rdečica in oteklina, ki v nekaj urah izgineta. Če žuželka piči v usta ali vrat, lahko normalna oteklina oteži dihanje ali celo povzroči zadušitev. Če človeka piči roj žuželk (več kot 100), lahko pride so sistemske zastrupitve.

Alergijska reakcija se lahko pokaže z veliko oteklino na mestu pika, ki ostane prisotna več dni. Sistemska reakcija se navadno pojavi nekaj minut po piku in skoraj vedno prej kot v eni uri. Simptomi so lahko blagi (srbež, izpuščaj po koži vsega telesa, otekanje okrog oči), zmerni (cmok v grlu, krči v trebuhu) ali težki (omotičnost, dušenje, izguba zavesti zaradi znižanega krvnega tlaka). Bolniki s sistemsko alergijsko reakcijo imajo pri naslednjem piku največkrat podobne ali blažje simptome, redkeje je reakcija težja. Bolniki, ki so imeli po piku žuželke le generalizirano kožno reakcijo, po naslednjih pikih skoraj nikoli nimajo simptomov na dihalih ali obtočilih. Pri otrocih, pri katerih se sistemska alergijska reakcija pokaže le z kožnimi spremembami, je naravni potek ugodnejši.

4. Kako postavimo diagnozo?

Diagnozo postavi zdravnik na podlagi podatkov, ki mu jih zaupa bolnik ali na podlagi bolnikovih simptomov in znakov, ki jih po piku kožekrilca zdravnik neposredno opazuje in zdravi. Izrednega pomena je, da zna bolnik natančno navesti, katera žuželka ga je pičila in podrobno opisati težave, ki jih je imel po piku.



5. *Kakšni morajo biti takojšnji ukrepi po piku ob znani alergiji za strupe žuželk?*

Če ste že imeli težjo alergijsko reakcijo, morate imeti osnovna zdravila, ki vam jih je predpisal zdravnik, vedno pri sebi. Po piku ukrepajte tako:

- takoj odstranite želo, če je ostalo v koži. Pri tem pazite, da ne stisnete strupnega mešička. Takoj po piku zaužijte tablete antihistaminika in glukokortikoida,
- pripravite adrenalin (predvsem je to pomembno, če imate adrenalin v obliki ampule),
- koristno je, da se takoj odpravite do najbližjega zdravnika ali pokličete zdravniško pomoč,
- če se kljub tabletam antihistaminika in glukokortikoida začne razvijati težja sistemska alergijska reakcija (izrazito dušenje ali občutek kaljenja zavesti), si adrenalin vbrizgajte v podkožje stegna,
- lezite tako, da dvignete noge nad raven prsnega koša. S tem povečate dotok krvi v srce in možgane.

Set za samopomoč za odrasle naj vsebuje:

- hitro delujoči sistemski antihistaminik v maksimalni dnevni dozi,
- glukokortikoid (64 mg),
- adrenalin.

Set za samopomoč za otroke naj vsebuje:

- hitro delujoči sistemski antihistaminik,
- glukokortikoid: do 7 let: 12 mg, nad 7 let: 24 mg,
- adrenalin.

6. *Kako poteka zdravljenje bolnika z alergijo na strupe žuželk?*

Tovrstno zdravljenje imenujemo specifična imunoterapija, za katero se odločimo le pri bolnikih, ki so imeli težjo sistemska reakcijo. Namen specifične imunoterapije je zmanjšati tveganje življenja ogrožajoče alergijske reakcije pri morebitnem ponovnem piku žuželke. Devetdeset odstotkov bolnikov po specifični imunoterapiji nima več anafilaktične reakcije po piku kožekrilca, pri ostalih pa je reakcija blažja kot pred zdravljenjem. Izvajamo jo s podkožnim vbrizgavanjem prečiščenega strupa. Začetni del zdravljenja (4-5 dni) poteka v bolnišnici, saj s specifično imunoterapijo lahko povzročimo anafilaktično reakcijo in mora zato biti zagotovljena možnost takojšnjega ukrepanja in intenzivnega zdravljenja. V tem času dosežemo vzdrževalni odmerek oz. toleranco, kar pomeni, da bolnik prenese količino strupa, ki je večja, kot jo dobi pri piku žuželke. Vzdrževalni odmerek nato ponavljamo v čedalje daljših intervalih (npr. 4-8 tednov). Specifična imunoterapija traja 3-5 let. Če z njo prenehamo prej, se alergija povrne. Pred pričetkom zdravljenja je potrebno pretehtati, ali teža bolezn (teža prejšnjih reakcij, tveganje ponovnega pika, ostale bolezni) odtehta tveganje zapletov in neprijetnosti, povezanih s specifično imunoterapijo. Ne začnemo je med nosečnostjo, vzdrževalnega zdravljenja pa med nosečnostjo ni potrebno prekinjati. Izjemoma se izvaja pri otrocih, ki so mlajši od pet let. Najboljši pokazatelj učinkovitosti specifične imunoterapije je podatek, da je bolnik brez zapleta prenesel pik žuželke.



7. Kako si lahko pri alergiji na strupe žuželk pomagata sami?

Pomembno je izogibanje ponovnemu piku žuželke. Zato morate poznati biološke značilnosti kožekrilcev in ukrepe, ki zmanjšajo možnost ponovnega pika. Poleg tega morate imeti vedno pri sebi set zdravil za samopomoč, ki ga uporabite, če vas žuželka piči in se začne razvijati alergijska reakcija. Z naslednjimi ukrepi lahko zmanjšate možnost pika:

- čez dan naj bodo okna spalnic zaprta,
- ne prijemajte skladovnic drv, hlodov, trhljih panjev ali odpadlih vej, kajti ose v njih rade delajo gnezda,
- ne hodite bosí po travi,
- pri delu na vrtu bodite čim bolj oblečeni (klobuk, rokavice, dolge hlače, srajca ali bluza z dolgimi rokavi),
- ne pobirajte čezmerno zrelega odpadlega sadja,
- ne hodite na tržnice in v trgovine s sadjem,
- na piknikih imejte sladkarije in meso v zaprtih posodah in ostanke hrane sproti pospravljajte.
- zelo nevarne so pijače v pločevinkah, v katere rade zlezejo ose,
- pazite na čistočo posod za odpadke in njihovo okolico,
- oblačila naj ne bodo ohlapna. Svetujemo belo, zeleno ali svetlo rjavo barvo, odsvetujemo pa živa in pisana oblačila,
- žuželke privlači vonj parfumov, lakov za lase, dišečih krem za sončenje in šamponov,
- žuželke privabljata znoj in dušikov dioksid, zato svetujemo previdnost pri ukvarjanju s športom na prostem,
- pri vožnji z motorjem nosite čelado in rokavice,
- če se približuje osa ali čebela, bodite pri miru. Ne delajte sunkovitih kretenj,
- če vas žuželka napade, pokrijte glavo z rokami ali kosom obleke ter se počasi in brez naglih kretenj umaknite,
- alergičen čebelar mora opustiti rejo čebel,
- če je alergičen član čebelarjeve družine, je potrebno panje umakniti več sto metrov od hiše,
- osja gnezda s podstrešij naj odstranijo gasilci,
- sredstva za odganjanje mrčesa (repelenti) in generatorji ultrazvoka so proti kožekrilcem neučinkoviti.

8. Kako alergija na strupe žuželk vpliva na vaše življenje?

Sistemska alergijska reakcija, ki nastopi po piku žuželke, se navadno ugodno izteče tudi brez pomoči zdravnika, vendar ljudje, ki so težko alergijsko reakcijo preživeli, živijo v strahu pred ponovnim pikom, kar vpliva na slabšo kakovost življenja.

9. Ali in kako lahko nastanek alergije na strupe žuželk preprečite?

Alergije na strupe žuželk ne morete preprečiti.