

## Co je alergie?

Alergie je podle odborných publikací nepřiměřená reakce lidského organismu na látky venkovního prostředí, které se nazývají alergenů.

Alergeny se do těla mohou dostat hned několika způsoby. Tím nejběžnějším je vdechnutí (prachu, pilových zrněk, plísní, roztočů nebo třeba zvířecích chlupů). Další možnou cestou je sněžení, protože alergenů jsou i v potravě (někdo může být alergický třeba na bílkoviny z mléka, vajec nebo obilí, nebo na jiné látky, které jsou v jídle. Řada lidí je například alergická na oříšky nebo na jahody a mnoho dalších potravin). Někteří alergici mají tu smůlu, že negativní účinky alergenů se mohou projevit třeba jen kontaktem s pokožkou. Tuto alergii způsobují třeba kovy, různé druhy mýdel a kosmetiky, vlna či kožešina.

Na lehčí alergii postačují většinou lékařem předepsané pilulky, ale někteří alergici mohou být při styku s alergenem ohroženi i na životě. Velice nebezpečné je pro alergiky třeba včelí či vosí bodnutí, dokonce jsou nebezpečné i některé léky, proto by žádný alergik neměl požívat žádné tabletky bez konzultace s lékařem.

Mnoho alergiků může trpět dlouhodobými potížemi, které se opakují. Jedná se například o problémy s dýchacími cestami, což je alergická rýma nebo v tom horším případě astma.

Alergici mívají často kožní problémy (ekzémy, kopřivky, otoky) nebo slizniční potíže (záněty očí). Dokonce mohou mít i alergický průjem.

## Co je astma?

Astma je vážné onemocnění, které se projevuje zúžením průdušek a tedy velice ztíženým dýcháním. U dětí je typické takzvané alergické astma, ke kterému se může připojit třeba senná rýma, nepříjemný svědivý atopický ekzém a alergie na potraviny. Většina dětských pacientů se často uzdraví s nástupem puberty nebo se v tomto věku jejich astma výrazně zlepší. Lékaři popisují tři hlavní příčiny, proč se dětem i dospělým zužují při astmatickém záchvatu průdušky: buď kvůli mohou kvůli alergenů otěci stěny průdušek, může se zvýšit vylučování hlenu nebo se neúměrně stahují svalová vlákna.

A proč je vlastně astma nebezpečné onemocnění? Při záchvatu se zúží průdušky, což znamená velkou překážku v proudění vzduchu do plic. Dítě dýchá s mnohem větší námahou než zdravé dítě a pociťuje nedostatek vzduchu. Když posloucháte takto nemocné dítě při záchvatu, často můžete slyšet jakýsi pískot, lidově řečeno sípání.

## Proč se průdušky zužují?

Většinou je to způsobeno alergenem. Průdušky jsou citlivější, a když se do dýchacích cest dostane jakákoli alergii vyvolávající látka (pil, psí chlup apod.) průdušky se začnou zužovat. Pokud má dítě i zánět průdušek, hlenové žlázy podrážděné alergenem začnou vyrábět více hlenu. Cévy, které propouštějí tekutinu, ji kvůli hlenu a podráždění propouštějí snáze a tekutina pak způsobí otok sliznice, svalová vlákna se stáhnou a mohou i úplně uzavřít průdušku.

Lehčí podráždění způsobí nepříjemný kašel, dalším stupněm je větší zúžení průdušek a to vede ke ztížení dýchání. Pokud je astma ve vážném stádiu, dýchání se úplně zastaví a dítě se dusí. Bez včasného podání léku hrozí i smrt. Kdo astma měl nebo má a zná pocity, kdy nemůže dýchat a neví, co má dělat, jak si dech navrátit, jistě by toto onemocnění nikomu nepřál.

### **Jak poznáte, že dítě začíná být kvůli astmatu dušné?**

Při dýchání dítěte slyšíte sípání, dítě nedýchá pravidelně. Sípání je silnější při výdechu. Více se dítěti při vdechu „propadá“ hrdlo, což můžete sami vidět na jeho krku, je to způsobeno námahou při pokusu se nadechnout. Dítě může začít suše kašlat, samo může mít pocit, že se mu svírá hrudník, dýchá velice krátce, protože pořádné nadechnutí není kvůli zúžení průdušek prakticky možné. Pokud je dušnost a záchvat hodně vážný, dítěti mohou začít modrat rtíky i celý obličej. Tento stav je už skutečně tou nejposlednější chvílí, kdy podat lék, který průdušky opět roztáhne a zavolat sanitku.

### **Co dělat při astmatickém záchvatu?**

Nesmíte za žádných okolností propadnout panice, stav dítěte by se tím ještě zhoršil, kdyby vidělo, že vy situaci nezvládáte. Špatný stav totiž nemusí vždy vyvolat alergen, občas stačí i menší psychický stres a dítě může dostat záchvat. Když tedy budete při pomoci dítěti zmatkovat, jen mu přitížíte.

Dítě posad'te a chovejte se naprosto klidně, jako by se nic nedělo, i když je to samozřejmě těžké. Pokud dítě používá inhalátor, ať už ho vdechuje rovnou ze spreje nebo používá inhalační nástavec, okamžitě mu podejte předepsanou dávku. Děti, jejichž astma je vážnějšího charakteru, dostávají většinou od lékaře dva druhé tohoto léku. Jeden užívají pravidelně třeba i několikrát denně a pak ten, který je předepsaný právě pro případ záchvatů – takový by měl dítěti během pár vteřin dýchací cesty zprůchodnit. Pokud má vaše děťátko úplně první záchvat nebo lék z inhalátoru nezabírá, neváhejte a volejte záchrannou službu 155.