



TEEMA: ALLERIAHAIGUSED

*Materjali koostas: Kaja Julge
laste allergoloog*

Allergiahaigused, mis toovad kaasa lisavajadusi: astma, allergiline nohu, atoopiline dermatiit, urtikaaria, toiduallergia, ravimiallergia, anafülaksia. Ühel inimesel on sageli mitu allergiahaigust. Alljärgnevalt on esitatud lühikokkuvõtted haiguste definitsioonide, avaldumise esinemissageduse ja lisakuludega ning takistustega igapäeva- ja tööelus.

Astma on sage krooniline hingamisteede põletikuline haigus, mis algab lapseas ja väga sageli jätkub täiskasvanueas. Haigusele on iseloomulikud kõhahood, hingamistakistus bronhides tekkiva silelihaste kokkutõmbe, turse ja sekreedi tõttu, õhupuudushood. Eesti uuringute alusel on kooliealistel lastel astmat 5-10%-l ja 80%-l neist on haigus kerge kuluga. Raske kuluga astmat on 3-4%-l. Nooremas eas on haigust enam poistel, hiljem tüdrukutel. Ravimitega on võimalik haigusnähte kontrolli all hoida ja seepärast räägitakse vähem haiguse raskusest, pigem on oluline, kas haigusnähud on kontrolli all või mitte. Astma kontrolli all olekut hinnatakse astma kontrolli testidega (AKT). Enamik astmaga patsientidest vajab aastaringset ravimite kasutamist ja raskete ning keskmise raskusega haigusjuhtude puhul on vajalik nt infektsiooni foonil tekkiva ägenemise puhul ka hospitaliseerimine. Regulaarselt on astmaga patsiendid nii perearsti kui eriarsti (lastearsti-allergoloogi, pulmonoloogi või allergoloogi-immunoloogi) jälgimisel. Astma kulg võib muutuda aastatega kergemaks või raskemaks, haigus võib taanduda või tekkida alles täiskasvanueas (nt kutseastma, hilise algusega astma).

Astmahaigel on lisakulud seoses eriarsti juures käimisega, ravimite ostmisega (põletikuvastased ravimid on enamasti aastaringseks kasutamiseks, bronhilõõgastid astmahoo leevendamiseks, antihistamiinid jm), kodus sobiva elukeskkonna loomisega, füsioteraapia protseduuridega. Takistused võivad tekkida hobidega tegelemisel, elukutse valikul, võib tekkida vajadus ümberõppeks (loomakarva-allergiaga inimene ei saa töötada nt veterinaarina, laboriloomadega, loomaaias jne), õietolmuallergiaga inimesele ei sobi nt töö aianduses, põllunduses (kõrreliste allergia, aga ka kontakt taimekaitsevahenditega), metsanduses (puude õietolmud jne). Probleemne on töötamine juuksurina – pleegitavad ained, värvid), pagarina ja kokana (jahu, ensüümid, kuumus), keemiatööstuses (erinevad kemikaalid), saeveskis, mööblitööstuses (puidutolm, liimid), koristajana ja ujulates (klooriühendid), elektroonikatööstuses (kolofoniumi aurud, trükikojas (isotsüanaadid) jpt. Ümbritsevad inimesed võivad astmahaige kõha tõttu karta nakkuse saamist ja seetõttu on sageli vaja selgitada, et allergiast või ärritajast (nt tubakasuits, lillelõhn, lõhnaõli, õhuvärskendaja jm) põhjustatud kõha ei ole mingilgi moel nakkav.

Kuni 80%-l astmahaigetest kaasneb astmaga **allergiline nohu** ja see raskendab haiguse kulgu oluliselt. Ninakinnisuse tõttu on sageli häiritud ööuni ja igapäevased toimingud. Magamatuse tagajärjel tekkinud päevane unisus on ohtlik nii liikluses kui tööülesannete täitmisel. „Kui nina on kinni, ei liigu ka mõistus.“ Igapäevaelus on väga vaja arvestada sellega, missuguste allergeenidega on oht kokku puutuda ja neid võimaluse piires vältida. Nii nagu astma, seab ka allergiline nohu piirangud elukutse valiku osas. Suured ravikulud on seoses ravimitega (ninahormoonid, antihistamiinid). Lisakulu võib olla seoses allergia spetsiifilise immuunraviga.

Atoopiline dermatiit/ekseem on krooniline nahahaigus, mis algab lapseas ja jätkub täiskasvanueas kas nahaprobleemidega ja/või hingamisteede haigusega. Patsientide diagnostika ja raviga tegelevad lastearstid-allergoloogid, dermatoloogid ja esmatasandil perearstid. Patsientidel on lisakulutused seoses eriarsti juures käimisega ja suured kulutused seoses ravimite kasutamise ja seda nii ravikreemide kui hoolduskreemidega seoses. Vajalikud kreemikogused on tavaliselt suured ja allergilisele nahale mõeldud tooted on sageli nn tavakreemidest kallimad. Atoopilisele dermiidile on iseloomulik naha tundlikkus väliste ärritajate suhtes (liigne kuivus ja liigne niiskus, sage pesemine, pesuvahendid, higistamine, ärritavad kangad, kontakt metallide ja kosmeetikumidega), emotsionaalne stress, mis põhjustab sügelemist ja haigusprotsessi ägenemist. Haigus mõjutab psüühikat, sest see on teistele inimestele nähtav ja nahasügelus



EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
THE ESTONIAN CHAMBER OF DISABLED PEOPLE

on oluline une ja igapäevaste tegevuste segaja. Psühhodermatoloogia on erivaldkond, mis tegeleb kroonilise nahahaigusega kaasnevate psüühikaprobleemide uurimisega ja patsientide nõustamisega.

Kõige raskemaks allergiaväljenduseks on **anafülaksia**, mis on potentsiaalselt eluohtlik seisund. Tegemist on mitut elundkonda haarava allergilise reaktsiooniga, mis vajab õigeaegset diagnoosimist ja ravi. Ohud on seotud toiduallergiaga, ravimite kasutamisega (antibiootikumid, mittesteroidsed põletikuvastased ained, opioidid, mitmed südamehaiguste raviks kasutatavad preparaadid, röntgenkontrastained jpm), kiletiivaliste putukate nõelamisega (mesilased, herilased). Lastel on rohkem anafülaktilisi reaktsioone seoses toiduainetega, täiskasvanutel ravimite ja putukate nõelamisega. Anafülaksia tekke ohu korral (kui see on kord juba olnud või risk selle tekkeks on suur – nt raske toiduallergia astmaga patsiendil) on vajalik kiire eneseabistamise võimaluse olemasolu (patsient peab kaasas kandma adrenaliidi automaatsüstalt EpiPen). Vajalik on lähedaste informeerimine sellest probleemist, et vajadusel teataks kiiresti kutsuda kiirabi või toimetatakse haige oma transpordiga erakorralise meditsiini osakonda. Raske toiduallergiaga inimesed ei saa sageli süüa ühiskondlikes toitlustusasutustes, sest neil võib tekkida tugev reaktsioon juba imeväiksele allergeenikogusele. Allergia tekkimist võib põhjustada juba ainuüksi söödud toidu kokkupuude/kontaminatsioon konkreetsel inimesel allergiat põhjustava toiduainega (nt pähkliid, seemned) või isegi toiduvalmistamisel tekkiv toiduaur (kalaallergia).

Allergiahaigusi üldiselt ei häbeneta, võrreldes näiteks psühhiaatriliste haigustega. Astma võib olla alaravitud ja seega muutuda ohtlikuks, näiteks kui on põhjendamatu hirm ravimite kõrvaltoimete ees, ei ole piisavalt raha ravimite ostmiseks, nende kasutamine ununeb või haiguse raskust alahinnatakse. Krooniliste nahaprobleemidega kaasneb väga sageli hirm ravimite kõrvaltoimete ees, alati ei kasutata piisavalt nn hoolduskreeme, sest need on kallid.

Toiduainetega seoses mõeldakse endale sageli külge reaktsioone, mida tegelikult ei ole, ja välditakse toiduaineid, mida ei peaks üldse vältima.

Lisainfo ja -lugemine

Eesti Allergialiit
Ravi 27, Tallinn
www.allergialiit.ee
info@allergialiit.ee