

АЛЛЕРГИЯ

Элиминационные мероприятия при аллергических заболеваниях.

Одно из первых упоминаний об аллергенных свойствах домашней пыли относится к XVII веку, когда фламандский врач Джон Баптиста описал болезнь у одного монаха, который начинал задыхаться, когда подметал пол в своей келье. Однако только в 1964 году группа голландских учёных выделила из домашней пыли клещей. Аллерген, полученный из них, вызывал характерную кожную реакцию у больных с чувствительностью к домашней пыли. Результаты многочисленных исследований доказали, что контакт с различными аллергенами в составе домашней пыли является важнейшим фактором (до 85% случаев), индуцирующим начало бронхиальной астмы. Не менее важной оказалась роль бытовых аллергенов в развитии аллергического ринита, конъюнктивита, а также атопического дерматита и аллергической крапивницы.

Домашняя пыль представляет собой комплекс аллергенов самого различного происхождения, включающий плесневые грибы, бактерии, шерсть, эпидермис человека и домашних животных, перо птиц, корм для рыб, частицы хитиновой оболочки и экскременты насекомых, пыльцу растений, продукты бытовой химии, косметики и пр. вещества химического и биологического происхождения. В порядке значимости, для возникновения бытовой алергизации на 1-м месте клещи домашней пыли, затем, домашние животные, плесневые грибы и насекомые.

Аллергенная агрессивность домашней пыли зависит, главным образом, от **численности и видового состава клещей**, обитающих в ней. К настоящему времени в домашней пыли найдено около 150 видов микроклещей. Эти членистоногие имеют размеры 0,1-0,3 мм и светло-желтый цвет покрова. Пищей клещам служат слущивающиеся чешуйки эпидермиса человека (перхоть) и микрофлора (плесневые грибы), развивающиеся на них. Клещи питаются и размножаются в постели и постельных принадлежностях (матрац, подушка, покрывало, одеяло и т.д.). Кроме того, они заселяют мягкую мебель, мягкие игрушки, ковры и паласы, предпочитая всё пушистое и ворсистое. Клещи домашней пыли продуцируют и выделяют в окружающую среду 21 группу клещевых аллергенов, которые по своей природе являются пищеварительными ферментами клещей и содержатся в их теле и экскрементах, сохраняющихся в домашней пыли до 1,5 лет.

В недавно опубликованных работах казахстанских учёных глобально подняты вопросы развития акариазов, т.е. заболеваний, вызываемых микроклещами.

Эпидермальные аллергены (перхоть человека, лошади, свиньи, шерсть овцы, собаки, кошки, кролика, морской свинки, козы и грызунов) могут или входить в состав домашней пыли, или иметь самостоятельное значение. Эти аллергены попадают в организм человека ингаляционным и контактным путями (при контакте с животными, ношении соответствующей одежды, головных уборов, обуви). Сама шерсть животных не имеет существенного значения как аллерген, однако прикрепленные к ней частички слюны животных, их эпидермиса, выделения сальных желёз, иногда моча обладают выраженной аллергизирующей активностью. Часто встречается аллергия на шерсть кошки и собаки. При этом имеются данные о более высокой аллергизирующей активности слюны этих животных по сравнению с шерстью. Указанные аллергены имеют малые размеры и сохраняются в воздухе часами. Коты, в отличие от кошек, выделяют аллергены также с мочой и являются более опасными в плане развития аллергии, чем кошки. Аллергены собак найдены в перхоти, слюне, моче и сыворотке крови животных. Аллергизирующая активность этих домашних животных зависит от породы собак, частоты их выгуливания и мытья. Перхоть лошади также имеет существенное значение, так как конский волос используют при изготовлении матрасов, войлока, ковров. Свою роль играют и грызуны (крысы, мыши) живущие и в сёлах и в условиях современного города. Например, у больных бронхиальной астмой, живущих в неудовлетворительных бытовых условиях, специфические антитела к аллергенам шерсти мышей и крыс выявляются соответственно в 19-24% случаев. Часть людей содержит грызунов (хомяков, морских свинок, крыс) в качестве домашних питомцев. Аллергены грызунов содержатся в слюне, моче, сальных железах, перхоти животных. Кроме того, и сам человек теряет около 1 г. кожных покровов за день и 2-3 г. за ночь, что составляет 28 г. в неделю, таким образом, внося свой активный вклад в состав домашней пыли, одновременно являясь прекрасным продуктом питания для микрочлещей.

Доказана выраженная аллергизирующая роль **пера домашних птиц**, используемого для набивки подушек и перин, причём наибольшей аллергической активностью обладают перья гусей. Известно, что аллергия к перу попугаев, голубей, кур и уток нередко является причиной развития не только бронхиальной астмы, но и экзогенного аллергического альвеолита. Важной особенностью является и то, что эпиталлергены птиц нередко содержат общие компоненты с аллергенами домашней пыли, что является результатом длительного использования вещей из пера и появления в них микрочлещей.

Плесневые грибы и пыльцу растений традиционно относят к аллергенам внешней среды, что часто неоправданно, особенно в

определённые периоды года. Пыльца растений достигает максимальной численности в атмосферном воздухе в вегетационный период, в течение которого она в массе попадает в помещение, где и остаётся на протяжении круглого года. При этом в зимние месяцы, когда в атмосферном воздухе пыльца отсутствует, в помещении её численность может достигать 80-100 пыльцевых зёрен в 1 кубическом метре и в ряде случаев провоцировать обострение аллергических заболеваний.

Ещё более важное значение имеет аллергизация человека к **внутрижилищным микрогрибам**. На видовой состав и количество спор грибов в воздухе влияет характер жилища или промышленного предприятия. Наиболее высокое содержание спор грибов выявлено на первых этажах зданий и в сырых помещениях. При этом осенью и зимой их уровень содержания в воздухе более высокий. Они могут быть причиной бронхиальной астмы и аллергических реакций у лиц, вдыхающих загрязнённый спорами воздух. К факторам, способствующим развитию и формированию обострений аллергических заболеваний, относится и постельное бельё, а также синтетические и перьевые подушки, поскольку в них может находиться целая экосистема насекомых и плесневых грибов, представляющих серьёзную опасность для здоровья человека.

В последние десятилетия ряд исследователей обратили внимание на роль **домашнего таракана и продуктов его жизнедеятельности** как причинного фактора аллергизации человека. Так, антитела к аллергенам американского таракана обнаруживаются у 68-76% лиц с бытовой аллергизацией. В Европе одним из наиболее распространённых видов таракана является рыжий немецкий, иммуногенные свойства которого выше, чем у тараканов, обитающих в Америке и странах Востока. К основным аллергенам таракана относят преимущественно ферменты, которые обнаружены в слюнных железах, фекалиях, личиночных шкурках, секреторных выделениях. Концентрация их аллергенов наиболее высока в кухнях и ванных комнатах.

К **насекомым**, также являющимся источниками ингаляционных и контактных аллергенов относятся **щетинохвостики, мухи, моль, вши, жуки, клопы, блохи, муравьи, перепончатокрылые, бабочки и пр.** Установлено, что причиной бронхиальной астмы в 7% случаев может стать аллергия к майской мухе. Сенсибилизация к аллергенам хирономидий (мотыли, дафнии и др.) составляет около 26%. В Китае среди работников производства шелка респираторные проявления аллергии имеют место в 76% случаев, 15% из них – бронхиальная астма. У 61% рабочих гидроэлектростанций обнаружена профессиональная аллергия на ручейников.

Кроме вышеприведённых агентов, в пробах домашней пыли присутствуют считающиеся канцерогенными **частички кухонной копоти**, а также **компоненты табачного дыма**. Опасна и любая **аэрозольная пыль, особенно от средств бытовой химии, дезодорантов и косметики, частички разрушающегося лака, которым покрывают паркет, мучная пыль**. В домах, где много книг, в больших количествах присутствует **бумажная пыль**, вызывающая специфические проявления аллергических заболеваний, которыми часто страдают работники библиотек и архивов.

Согласно рекомендациям ВОЗ, основными направлениями в лечении пациентов детского и взрослого возраста с аллергическими заболеваниями являются:

- 1) образовательные программы для больных и членов их семей;
- 2) элиминационная терапия;
- 3) фармакотерапия;
- 4) аллерговакцинация.

При этом вполне логично объединение 1 и 2 перечисленных пунктов. **Применительно к аллергическим заболеваниям элиминацией называется удаление из окружающей пациента среды различных факторов, прежде всего, причинно-значимых аллергенов, способных вызывать обострение заболевания и усугубить тяжесть его клинических проявлений.** Этот метод лечения и профилактики чрезвычайно важен, особенно при ингаляционной, пищевой, лекарственной, инсектной, латексной аллергии.

При клещевой аллергии рекомендуется: 1) поменять перьевые подушки на подушки из заменителя, которые регулярно стирать при температуре воды не ниже 75-85 *С; 2) шерстяные, ватные или пуховые одеяла – на одеяла из заменителя; 3) на новые матрасы и подушки надеть гипоаллергенные защитные чехлы; 4) убрать паласы, настенные ковры, мягкие игрушки, лишнюю мягкую мебель; 5) при уборке не поднимать в воздух пыль, использовать специальные салфетки для уборки, пылесос и воздухоочистительные приборы с фильтрами; 6) обрабатывать мягкую мебель, ковры и постельные принадлежности, которые нельзя стирать, акарицидами не реже 1 раза в 6 месяцев; 7) постельные принадлежности (подушка, одеяло, покрывало), которые можно стирать при температуре ниже 40-60 *С, стирать не реже 1 раза в 6 месяцев, используя акарицидные препараты для стирки; 8) контролировать относительную влажность воздуха в пределах 30-50%, используя осушители или увлажнители воздуха.

При гиперчувствительности к аллергенам домашних животных и грызунов следует: 1) не позволять им находиться в спальне; 2) регулярно мыть животное (не реже 1-2 раза в неделю) специальным шампунем, а также мыть место его обитания, стирать подстилку; 3)

заменить ворсистую обивку мебели на гладкую (кожаную); 4) обрабатывать мягкую мебель специальными средствами; 5) использовать пылесос и воздухоочистительные приборы с фильтрами; 6) избегать посещения квартир и других помещений, где содержат животных; 7) проводить борьбу с грызунами по всему дому; 8) соблюдать санитарно-гигиенические правила хранения пищевых продуктов и их отходов.

При грибковой и пылевой аллергии необходимо: 1) контролировать влажность воздуха в помещении (не выше 60%); 2) ограничить количество домашних растений; 3) следить за работой систем вентиляции; 4) не допускать протечек воды; 5) при наличии признаков плесени использовать фунгициды; 6) в сезон пыления растений держать окна помещений и машины закрытыми; 7) использовать специальные пылесосы и воздухоочистительные приборы с фильтрами.

При инсектной аллергии необходимо: 1) использовать инсектициды (ловушки, порошок, жидкости); 2) хранить пищевые продукты в контейнерах, регулярно избавляться от пищевых отходов; 3) не захламлять помещения, регулярно проветривать шкафы; 4) регулярно проводить косметический ремонт; 5) содержать помещения и вещи в чистоте.

Материал предоставлен:

Гриценко И.В.