

# INFORMOVANÝ ALERGIK

# OBSAH

Máte kupříkladu astma. Jste prostě jedním z mnoha lidí, kteří trpí takovou chorobou. Zpočátku je to osud. Ale už vůbec není osud, jak se vy sám se svým onemocněním vyrovnáte. Dědičný sklon ke vzniku alergie nelze odložit jako plášť; přetrvává po celý život a jen v několika málo případech lze alergii vyléčit. Z každodenního styku s pacienty, kteří trpí nejrůznějšími alergickými příznaky, jsem dospěl k poznání, že jim bývá ku prospěchu znalost příčin vzniku jejich alergie. To spočívá především v jejich informovanosti, jak se vyvarovat případných alergenů, i když z toho nelze vždy plně dosáhnout, i v pochopení různých forem léčení.

Informovaný alergik, který zná podstatu a příčiny svého onemocnění, je nepodceňuje, ale vlastním přístupem a úzkou odpovědnou spoluprací se svým lékařem je, ať profylakticky, či terapeuticky usměrňuje. Takový pacient bude se svým onemocněním žít lépe než pacient neinformovaný.

Tato brožura vás má seznámit nejen s vaší nemocí, ale také vám má pomoci porozumět všem nejdůležitějším souvislostem. Chceme se pokusit udělat z vás informovaného alergika.

Pro všechna alergická onemocnění platí: Dnes je mnoho rozličných možností léčení, jejichž úspěch závisí na spolupráci mezi pacientem a lékařem. Na alergii si můžeme zvyknout a s odpovídající terapií žít takřka bez obtíží, jestliže budeme dodržovat následujících šest programových zásad:

1. Vyrovnat se s faktem alergického onemocnění.
2. Porozumět alergii.
3. Důvěřovat lékaři.
4. Pravidelně užívat nezbytné léky.
5. Co nejvíce se vyhýbat kontaktu s alergeny.
6. Tělesným i duševním tréninkem zvyšovat vlastní odolnost.

Prof. Dr. Karl-Christian Bergmann

## CO JE TO ALERGIE?

Normální obranný systém těla .....	5
Alergie – nepřiměřená, chorobná obranná reakce .....	6
Kdo bývá postižen alergií? .....	7
Které látky mohou vyvolávat alergii? .....	8
(Plyly; Roztoči v domácím prachu; Prach ze srsti domácích zvířat; Mouchý prach a piliny; Prach ze dřeva)	

## RŮZNÉ FORMY ALERGICKÝCH ONEMOCNĚNÍ

Senná rýma; trvalá alergická rýma; asthma bronchiale .....	11
Alergie na potraviny .....	13
Kontaktní ekzém .....	15
Kopřivka neboli Urticaria .....	16
Alergie na včelí a vosí jed .....	16
Alergie na léky .....	17
Fyzikální é vyvolané "alergie" .....	18
Reakce na světlo („stuneční alergie“) .....	18
Kožní reakce na dráždní chladem .....	19
Neurodermítis (endogenní ekzém) .....	20
(Jak může lékař pomoci pacientům trpícím neurodermítidou; Přehled vhodných a nedovolených druhů potravin pro tyto pacienty;	



Shrnutí pravidel života pacienta postiženého neurodermítidou; Profylaxe alergických onemocnění v dětství; Jaké jsou možnosti zabránění vzniku alergie u ohrožených dětí a mládeže?; Vyšetřování; Výživa; Úprava bytu)

## PODLE ČHO SE POZNÁ ALERGIE?

Anamnéza onemocnění .....

Kožní testy .....	27
Laboratorní metody .....	28
Provokační testy .....	28
Diagnostická (eliminační) dieta .....	29

## JAK MŮŽE BYT LÉČENA ALERGIE?

Preventivní opatření u pacientů alergických na: – plyly (doplněno tabulkou intenzity rozsevu v plylových obdobích) .....	31
– domácí prach a roztoče .....	32
– domácí zvířata .....	34
– alergeny pracovního prostředí .....	34
Lékařské ošetření .....	35
Hyposenzibilizace nebo imunoterapie .....	35
Medikamentózní léčba (Antihistaminika; Adrenalin; Beta-2 mimetika; Theophylinové preparáty; Kortikoidy)	
Jak se správně inhaluje dýchací aerosol? .....	38
Dlouhodobé (longitudinální) léčení astmatiků .....	39
Sledování plicních funkcí .....	40
Léčebná a rehabilitační opatření .....	41
Dovolená alergiků .....	41
Alergie a volba povolání .....	42

Velmi vážená paní Dr. Kynčlová,

děkuji mnohokrát za Váš dopis na Technickou nemocenskou pokladu, který jsem dnes obdržel.

Samozřejmě souhlasím, aby časopis „Allergien“ byl přeložen do českého jazyka. Jak jsem vyrozuměl z odpovědi Technické nemocenské pokladny v Hamburku, je tato pokladna ochotna podpořit Vás ve Vašem předsevzetí.

Vzhledem k tomu, že jsem jim dříve častým návštěvníkem Československa a zejména Prahy, mám z toho velkou radost, že Vám mohu pomoci vhodným způsobem.

S přátelským pozdravem

prof. Dr. Bergmann