

Chcete získat více informací  
o alergii a možnostech léčby?

Požádejte o radu svého alergologa.

Více informací o alergii na roztoče naleznete také na  
[www.jsem-alergik.cz](http://www.jsem-alergik.cz)



STALLERGENES CZ, s.r.o., Křenova 7, 162 00 Praha 6  
tel.: +420 222 515 342, fax: +420 222 518 096  
e-mail: [info@stallergenes.cz](mailto:info@stallergenes.cz)

CZ-GEN-EDU-3312-exp1117

# Alergie na roztoče



Informujte se



# 0 alergie

**Alergie na roztoče** je jednou z nejrozšířenějších alergií

**Roztoči jsou jednou z nejčastějších příčin respiračních alergií.**

Citlivost na alergeny roztočů byla prokázána u 21,7 % evropské populace.\*



\* Bousquet PJ. Allergy 2007; 62:301-309.

## 1. Co je to alergie?

Alergie je nepřiměřená reakce imunitního systému na kontakt s cizí látkou – alergenem. Pro někoho zcela neškodná látka může u citlivých osob vyvolat prudkou alergickou reakci.

**Alergická reakce probíhá ve dvou fázích:**

1. Tzv. senzibilizace, během které imunitní systém rozpozná danou látku a zapamatuje si ji jako alergen.
2. Vlastní alergická reakce, která se projeví při každém dalším kontaktu s alergenem.

## 2. Příznaky

**Celoroční alergická rýma je reakcí organismu na roztoče, kteří se dostanou do kontaktu se sliznicí nosu.**

Příznaky, které se mohou objevit:

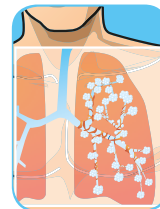
- vodnatá rýma,
- pocit ucpaného nosu,
- záchvaty kýchání,
- svědění na patře a/nebo v nose.

S alergickou rýmou je často spojen i alergický zánět spojivek se slzením, pálením a červenáním očí.



**Neléčená alergická rýma se může zhoršovat a přejít až do průduškového astmatu s příznaky:**

- obtížné dýchání s možným tlakem na hrudníku,
- suchý kašel,
- hvízdavé dýchání.



**Alergie na roztoče může být také v některých případech příčinou atopického ekzému s příznaky:**

- zarudlá a svědí pokožka na obličeji, pod vlasy a v záhybech končetin (loketní a podkolenní jamky, zápěstí, ...).

**Alergie na roztoče snižuje kvalitu života**

Způsobuje poruchy spánku, únavu, nepozornost či změny nálady, což negativně ovlivňuje každodenní činnosti v práci, ve škole i ve volném čase, například při sportu.

# Poznejte svou alergii



## ■ Věděli jste?

Alergeny jsou jak části roztočů, tak i jejich výměšky a sekrety. Roztoči se živí šupinkami kůže (drobnými částicemi, které se stále oddělují z povrchu našeho těla), vlasy, nehty, zvířecí srsti.

## ● Co jsou to roztoči?

Roztoči jsou mikroskopické organizmy z třídy pavoukvců. Mají 4 páry nohou, samičky jsou větší než samečci. Ve světě je známo přes 50 000 druhů roztočů. Nežijí dlouho, ale velmi rychle se rozmnožují.

*Postelová matrace může obsahovat přes 2 miliony roztočů a v jednom gramu prachu jich lze objevit až 2 000.*

## Alergickou reakci vyvolávají pouze některé druhy roztočů

*Dermatophagoides pteronyssinus* a *Dermatophagoides farinae* jsou v našich domácnostech nejrozšířenější. Náleží do čeledi *Pyroglyphidae* (domácí roztoči).



### **Dermatophagoides pteronyssinus**

**Výskyt:** lidská obydlí  
**Zeměpisný výskyt:** nejrozšířenější druh, v Evropě převažuje  
**Délka života:** od 60 do 80 dnů  
**Snáška:** samička snáší průměrně 120 vajíček



### **Dermatophagoides farinae**

**Výskyt:** lidská obydlí  
**Zeměpisný výskyt:** druhý nejrozšířenější druh, Severní Amerika, Japonsko, Středomoří  
**Délka života:** 70 dnů  
**Snáška:** samička snáší průměrně 80 vajíček

## ● Kde žijí?

Roztoči žijí a rozmnožují se v teple (25 °C) a vlhku (místa s větší než 50% relativní vlhkostí). Proto se s nimi setkáme ve vlhkých oblastech planety, ale žijí také v mírném pásmu ve vytopených obydlích, v domácím prachu, v matracích a povlečení, čalouněném nábytku, kobercích, závěsech, plyšových hračkách, ...

## ● Je některé roční období významnější v případě alergie na roztoče?

Alergie na roztoče je celoroční problém, nicméně v některých obdobích se její příznaky obvykle zhoršují. Především počátkem podzimu, kdy se v domácnostech méně větrá a více topí. S vyšší teplotou a vlhkostí se zlepšují i podmínky pro šíření roztočů.



# Jak bojovat s alergií?

## Stanovit diagnózu

Je třeba navštívit alergologa, který zjistí příčinu vaší alergie a určí alergen (nebo alergeny) zodpovědný za alergickou reakci.

### Stanovení diagnózy probíhá v několika krocích:

- podrobný rozbor obtíží, dosavadní léčby, prostředí a způsobu života,
- kožní testy – na vnitřní stranu předloktí se aplikují kapky alergenových extraktů, které umožní určit alergen (případně alergeny) způsobující alergii,
- případné vyšetření krve pro doplnění a potvrzení diagnózy.



## Řešit příčinu alergie

**Alergenová imunoterapie je jediná léčba, která řeší samu příčinu alergického onemocnění.**

Princip alergenové imunoterapie spočívá ve snižování přecitlivělosti organismu na alergen. Dojde ke zmírnění příznaků alergie, a tím pádem se sníží i množství potřebných úlevových léků.

Alergenová imunoterapie má zároveň léčebný i preventivní účinek. Preventivně brání vzniku nových alergií a rozvoji alergického astmatu.

**Alergenovou imunoterapii může na základě diagnózy předepsat pouze váš alergolog.**

## Zmírnit příznaky

Úlevové (symptomatické) léky existují v různých formách: nosní či oční kapky, nosní spreje, inhalační aerosoly, tablety, kapky, sirupy či injekce.

Některé poskytují pouze dočasné zmírnění příznaků (např. antihistaminika), některé se vyznačují dlouhodobějšími účinky v souvislosti s útlumem zánětlivých procesů při alergických reakcích (např. kortikosteroidy, antileukotrieny, kromony, některá antihistaminika).

Žádné z těchto léků však neřeší skutečnou příčinu vaší alergie.

# Jak bojovat s alergií?

## Omezit kontakt s alergenem

Je také třeba omezit kontakt s alergeny roztočů, které vám způsobují obtíže. To je v praxi obvykle možné jen částečně, proto je třeba zároveň zahájit léčbu.



### Množení roztočů ve vašem bytě lze zabránit těmito postupy:

Co dělat?	Proč?	V praxi	Kdy?
Snižovat vlhkost v bytě	Roztoči se ve vlhkém prostředí lépe rozmnožují	<ul style="list-style-type: none"><li>• Otevírat okna</li><li>• Větrat ložní prádlo, matrace na suchém a chladném vzduchu</li><li>• Používat odvlhčovač vzduchu</li><li>• Nesušit prádlo v pokojích</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 15 minut každý den</li></ul>
Kontrolovat teplotu v bytě	Přílišné teplo je pro množení roztočů ideální	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nepřetápět, udržovat v bytě a především v ložnici rozumnou teplotu (18 až 20 °C)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Celoročně (a především v zimě)</li></ul>
Čistit předměty, ve kterých se roztočům daří	Koberce, bytové tkaniny a plyšové hračky jsou líhně roztočů	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prát závěsy a polštáře na 60 °C</li><li>• Podlahy nezakrývat kobercem (lepší je linoleum nebo parkety)</li><li>• Kupovat plyšové hračky, které se dají prát na 60 °C</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Každé 2 měsíce</li></ul>
Měnit a správně ošetřovat ložní prádlo	Roztočům se daří v příkrývkách, ložním prádle, matracích	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prát prostěradla na 60 °C</li><li>• Pravidelně převlékat postele</li><li>• Vyhýbat se lůžkovinám z přírodních materiálů</li><li>• Spát na posteli s lamelovým roštem</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Každé 2 týdny</li></ul>

# Alergenová imunoterapie

**Alergenová imunoterapie je jediná léčba, která řeší samu příčinu alergického onemocnění. Probíhá ve dvou fázích:**

- **Úvodní (iniciální) léčba** spočívá v podávání postupně se zvyšujících dávek alergenu.
- **Udržovací léčba** spočívá v pravidelném a dlouhodobém užívání příslušné dávky alergenu po dobu několika let. Organismus si na kontakt s roztoči pomalu zvyká a vytváří si snášenlivost.

**Alergenová imunoterapie alergie na roztoče může mít dvě formy:**

- **Kapky podávané pod jazyk (sublingvální forma)**
- **Injekce (subkutánní forma)**  
Injekce aplikuje lékař v ordinaci.

## Při alergenové imunoterapii je důležité:

- Dodržujte předepsané dávkování a nevynechávejte bezdůvodně dávku.
- Včas si zajistíte u svého lékaře nový předpis, aby vám léky nedošly a nemuseli jste jejich užívání přerušit.
- Lék užívejte celoročně a pravidelně, i o dovolené.
- Pokud přece jen přerušíte léčbu, poradte se se svým lékařem na dalším postupu, aby nedošlo ke ztrátě dosud získaných pozitivních účinků léčby.



## Klíč k úspěchu

Včasné zahájení léčby a pravidelnost užívání jsou klíčem k úspěchu vaší léčby.

## 4 hlavní přínosy alergenové imunoterapie pro lepší kvalitu života:

1. Zmírňuje nebo časem dokonce odstraňuje příznaky alergie.
2. Snižuje množství užívaných úlevových léků.
3. Pomáhá preventivně bránit vzniku nových alergií.
4. Pomáhá preventivně bránit rozvoji alergické rýmy v alergické astma.