



**Alergie
na roztoče**

Kontakt

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
www.stallergenes.cz

Chcete získat více informací
o alergii a možnostech léčby?
Požádejte o radu svého alergologa.

Vše o respirační alergii a možnostech
řešení naleznete také na
www.jsem-alergik.cz



STALLERGENES  GREER™

STALLERGENES  GREER™

0 alergií

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:

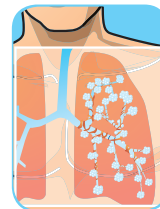
- vodnatá rýma,
- pocit ucpaného nosu,
- záchvaty kýchání,
- svědění na patře a/nebo v nose.

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?
Snižovat vlhkost v bytě	Roztoči se ve vlhkém prostředí lépe rozmnožují
Kontrolovat teplotu v bytě	Přílišné teplo je pro množení roztočů ideální
Čistit předměty, ve kterých se roztočům daří	Koberce, bytové tkaniny a plyšové hračky jsou líhné roztočů
Měnit a správně ošetřovat ložní prádlo	Roztočům se daří v příkrývkách, ložním prádle, matracích

V praxi	Kdy?
<ul style="list-style-type: none">• Otevírat okna• Větrat ložní prádlo, matrace na suchém a chladném vzduchu• Používat odvlhčovač vzduchu• Nesušit prádlo v pokojích	<ul style="list-style-type: none">• 15 minut každý den
<ul style="list-style-type: none">• Nepřetápět, udržovat v bytě a především v ložnici rozumnou teplotu (18 až 20 °C)	<ul style="list-style-type: none">• Celoročně (a především v zimě)
<ul style="list-style-type: none">• Prát závěsy a polštáře na 60 °C• Podlahy nezakrývat kobercem (lepší je linoleum nebo parkety)• Kupovat plyšové hračky, které se dají prát na 60 °C	<ul style="list-style-type: none">• Každé 2 měsíce
<ul style="list-style-type: none">• Prát prostěradla na 60 °C• Pravidelně převlékat postele• Vyhýbat se lůžkovinám z přírodních materiálů• Spát na posteli s lamelovým roštem	<ul style="list-style-type: none">• Každé 2 týdny

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.

Při alergenové imunoterapii se mohou vyskytnout nežádoucí účinky. Informujte se o možných rizicích léčby u svého alergologa.