

**Краевое государственное бюджетное учреждение здравоохранения  
«Норильская межрайонная больница № 1»**

## Аллергия

Буквально 10-15 лет многие люди не знали, что такое аллергия. Но, меняется климат, промышленные технологии, продукты, в которых неизвестные для нас добавки, различные овощи и фрукты, не обязательно экзотические и многое другое. В последние годы все больше людей сталкиваются с этим заболеванием.

Ученые доказали, что аллергия - это повышенная чувствительность организма к воздействию некоторых факторов окружающей среды (химических веществ, микробов и продуктов их жизнедеятельности, пищевых продуктов, и др.), называемых аллергенами. Наиболее распространенными аллергенами являются: пыльца растений, продукты питания, клещи домашней пыли, яд насекомых, плесень, бытовые химические вещества, лекарства, животные и продукты их жизнедеятельности, промышленные аллергены.



Аллергия в последние десятилетия является одним из наиболее распространенных заболеваний на планете. Согласно статистическим данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) аллергией страдают около 40% населения нашей планеты.

Значительную долю пациентов составляют дети и подростки, по мере взросления которых, по прогнозам Всемирной федерации обществ по аллергии, астме и клинической иммунологии, распространенность аллергии будет продолжать увеличиваться.

Согласно прогнозам, масштабы аллергии будут расширяться вследствие загрязнения воздуха. Эти изменения в окружающей среде повлияют на содержание пыльцы, численность популяции жалящих насекомых и плесневых грибов, являющихся причиной аллергии.

Более 160 видов продуктов питания являются аллергенами, но только 8 из них вызывают более чем 90% зарегистрированных случаев пищевой аллергии – это яйца, молоко, арахис, лесные орехи, морепродукты, соя, пшеница и рыба. Причем самые аллергенные из них – это арахис, молоко и морепродукты.

В России каждый третий взрослый житель, и каждый четвертый ребенок страдают от аллергических заболеваний, частота которых неуклонно растет. По прогнозам Всемирной организации здравоохранения, XXI век станет веком аллергии.



Признаки аллергии, на которые нужно обратить внимание:

- насморк и слезотечение появляются каждый год в один и тот же период;
- затянувшийся (более недели) насморк;
- повторяющийся регулярно сухой ночной кашель.

При появлении этих симптомов следует немедленно обратиться к врачу-аллергологу.

С целью профилактики аллергических заболеваний необходимо определить и запомнить вещества, которые вызывают у Вас аллергию. Избегайте контакта с ними, а при необходимости, умейте оказать себе помощь. Если у Вас аллергия на пыльцу растений, не выходите на улицу в ветреную погоду, пользуйтесь маской. При укусах насекомых, если в месте укуса осталось жало, удалите его, а на место укуса наложите холодный компресс. Не занимайтесь самолечением, обращайтесь в медицинское учреждение. Для определения аллергена в медицинских организациях проводят аллергические пробы, по результатам которых выявляется тот или иной аллерген. Обязательно в домашней аптечке должны быть лекарственные препараты, которые назначил врач.

«Норильская МБ № 1»  
14.06.2022