

## Что такое аллергия?

Аллергия - это состояние повышенной чувствительности организма при нарушениях иммунной системы. Проявляется это состояние различными недомоганиями, возникающими после контакта с факторами окружающей среды (пища, пыльца растений, домашние животные и пыль, химические соединения, солнце и холодный воздух и т.д.).

Различают несколько видов аллергических реакций в зависимости от того, в каком органе или группе органов она возникает (респираторная, кожная или офтальмологическая), а также различают виды аллергии в зависимости от ее причины. Формы аллергических реакций разнообразны - они проявляются в виде сильного раздражения слизистых оболочек, кожных высыпаний, слезотечения, отека или экземы, затянувшегося насморка или кашля, спастического дыхания, общего недомогания и других симптомов.

**При появлении каких-либо симптомов аллергии, необходимо обратиться к терапевту или врачу-аллергологу.**

Если вы знаете, что у вас есть аллергия или предрасположенность к ней, старайтесь соблюдать определенные правила, чтобы избежать осложнений. Главное из них - избегать контакта с аллергенами, так как у аллергии есть свойство - провоцировать все более и более тяжелые реакции на повторный контакт с аллергеном.



**ГБУЗ «Тамбовский  
областной центр  
общественного здоровья и  
медицинской  
профилактики»**

**Адрес:** г. Тамбов, ул. Моршанское шоссе 16 Б

**Телефон:** +7 (4752) 55-93-17

**Сайт:** [zdorovo68.tmbreg.ru](http://zdorovo68.tmbreg.ru)

**Электронная почта:**

[tocoz@zdrav.tambov.gov.ru](mailto:tocoz@zdrav.tambov.gov.ru)

**ВК:** <https://vk.com/medproftmb>



## Факторы риска развития аллергии



**Подарите себе радость  
здоровой жизни!**

## Наиболее распространенные аллергические реакции в летний период возникают на:

1. **Пыльцу растений.** В апреле-мае преобладает пыльца деревьев, июне-июле наблюдается реакция на цветение злаковых — тимopheевки, ржи, кукурузы, пшеницы, пырея, лисохвоста, овсяницы, ежи сборной, мятлика. С июля и до осени цветут сорняки — полынь, лебеда, крапива, подорожник.
2. **Ожог крапивы,** характеризуется появлением крапивницы на теле. При получении такого ожога, важно не чесать место прикосновения крапивы. Осмотреть пострадавшую область, промыть холодной водой, чтобы снять отек и удалить с кожи остатки крапивных волосков. Пока не вымоете руки после обработки, не касайтесь лица, особенно глаз. Дайте антигистаминный препарат.
3. **Пищевая аллергия** на сезонные фрукты и ягоды.
4. **Укус насекомых** (комар, оса, пчела).



## Симптомы аллергии в зависимости от ее происхождения:

- **Респираторные (дыхательные):** чихание, водянистые выделения из носа, заложенность в носу, кашель, осиплость голоса, свист в груди, чувство нехватки воздуха, шумное дыхание, затруднённый вдох и/или выдох.
- **Глазные (признаки конъюнктивита):** покраснение глаз, зуд в глазах, слезотечение.
- **Кожные:** зуд, покраснение и шелушение кожи, отёк отдельных и обширных участков кожных покровов.
- **Симптомы со стороны пищеварительного тракта:** колики, тошнота, нарушение стула.
- **Системные проявления:** сочетание симптомов со стороны нескольких систем организма, например, кожные и респираторные, или респираторные и сердечно-сосудистые. Эти проявления особенно опасны, поэтому обязательна неотложная медицинская помощь. Развиваются они, как правило, очень быстро - вплоть до нескольких минут после контакта с аллергеном.
- **Анафилактический шок:** одышка, судороги, обморок, падение давления, спазм бронхов, иногда - кома. Эти симптомы особенно опасны, поэтому обязательна неотложная помощь врача. Развиваются они, как правило, очень быстро - в течение нескольких минут после употребления аллергена в пищу или контакта с ним.

## Факторами риска развития аллергических реакций являются:

- **Генетическая предрасположенность.**
- **Активное и пассивное курение,** особенно если данным факторам риска была подвержена мать в период беременности.
- **Раннее введение прикорма.** Особенно в группе риска находятся дети:
  - для которых использовали коровье молоко в раннем детском возрасте в качестве прикорма;
  - которых не кормили грудным молоком;
  - употреблявшие несбалансированное питание.
- **Неблагоприятная экологическая ситуация и профессиональные вредности на работе.**
- **Частые инфекционные заболевания и хронические воспалительные заболевания.**
- **Чрезмерное употребление лекарственных средств и БАДов.**

