

Перекрёстная аллергия

*Составитель: сестра детской клиники Кайри Соок и
врач-резидент Егор Рогачев, центр аллергических
заболеваний детей и подростков*

*Перевод: сестра детской клиники Светлана Зварыч, центр
аллергических заболеваний детей и подростков*

Пищевая аллергия, сопровождающаяся аллергией на цветочную пыльцу

У людей с аллергией на цветочную пыльцу (поллиноз) часто проявляются симптомы аллергии и при употреблении в пищу сырых фруктов овощей и орехов. Почему так? Дело в перекрёстной аллергии, которая обуславливается тем, что у веществ различного происхождения похожий белковый состав. Организм аллергика начинает вырабатывать в отношении цветочной пыльцы IgE антитела, которые распознают конкретную пыльцу. Но то же антитело может распознать однотипный белок и в другом роде растений и вызвать у человека недомогания.

Это называется перекрёстной реактивностью, а симптомы перекрёстной аллергией.

Симптомы

Самые распространённые контактные симптомы при употреблении в пищу сырых фруктов и овощей:

- жжение на губах, языке, во рту и в горле, чувство покалывания
- зуд и отёк

Симптомы проявляются быстро во время или после еды. Это называется синдромом оральной аллергии. Могут добавиться:

- зуд или заложенность носа, насморк, чихание, отёк слизистой носа
- жжение в глазах, покраснение, слезоточивость, зуд и отёк век, покраснение глазных белков
- расстройство живота и рвота
- различные кожные экземы (дерматит, крапивница, покраснение, обострение ранее присутствующего атопического дерматита)

- боль в ушах
- хрипота голоса в гортани, спазм или сужение гортани
- реже симптомы астмы
- в более тяжёлых случаях общая аллергическая реакция (анофилаксия)

Симптомы аллергии и степень их тяжести может быть разной. Перекрёстная аллергия в отношении растительных продуктов может проявляться круглогодично, но в период цветения симптомы обычно являются самыми сильными. Есть люди, у которых симптомы аллергии от съеденной пищи возникают только в период цветения. Стоит помнить, что летняя морковь и свежая картошка более аллергичны, чем овощи, простоявшие зиму. Одна лишь чистка ранней сырой картошки может вызвать слезоточивость и зуд рук. В случае перекрёстной аллергии симптомы вызывают именно сырые овощи и фрукты. В то же время человек с аллергией на цветочную пыльцу переносит термически обработанными (варка, тушение, запекание) те овощи и фрукты, которые сырыми вызывают синдром оральной аллергии. Термическая обработка видоизменяет белки, которые вызывают аллергию, поэтому эти продукты аллергики переносят.

Перекрёстная аллергия между различными пищевыми продуктами
Перекрёстная аллергия не обязательно связана с аллергией на пыльцу. Перекрёстная реактивность наблюдается, например, между коровьим молоком и молоком других млекопитающих животных,

поскольку их молоко содержит те же аллергические белки, как и коровье молоко. У 90% детей с опосредованной иммуноглобулином E аллергией на коровье молоко проявляется аллергия и на козье молоко. Есть так же некоторые белковые сходства между молоком и говяжьим мясом. Стручковые (горох, бобы, чечевица, соя), различные орехи (грецкий, бразильский, фундук, орех-пекан, фисташки), рыба и семена являются причиной внутригрупповой перекрёстной аллергии. Гораздо реже встречается перекрёстная аллергия между различными злаковыми.

Аллергия на латекс и фрукты

У 30-80% людей с аллергией на латекс наблюдается аллергия на фрукты, такие как банан, киви, авокадо, папайя, дыня и каштан, так же картошка и помидоры, дающие перекрёстные реакции с латексом. Реже наблюдается у таких людей аллергия на ананас, персик, грейпфрут и разные виды орехов.

Диагностирование

При диагностировании перекрёстной аллергии очень важны замечания самого пациента об аллергических реакциях, возникающих при употреблении в пищу определённых продуктов. Довольно часто связь настолько явная, что в дополнительных исследованиях нет необходимости. Диагностировать перекрёстную аллергию помогают кожные тесты со свежими фруктами и овощами, а так же орехами. При необходимости выявляют аллергеноспецифические ИгЕ антитела из сыворотки крови.

Лечение

- В вопросах лечения всегда консультируйтесь со своим лечащим врачом
- Исключайте употребление в пищу сырых фруктов и овощей, а так же приправ, которые вызывают симптомы аллергии
- Может оказаться необходимым применение противоаллергических препаратов
- Для облегчения слабых симптомов достаточно оральное применение антигистаминных препаратов
- При реакциях более тяжёлой формы, в случае анафилаксии, необходимо применение автоматического шприца Adrenaliin EpiPen

Пищевые продукты, вызывающие перекрёстную аллергию		Аллергия на цветочную пыльцу		
		Берёза, ольха, вяз, орешник	Луговые травы	Полынь
ФРУКТЫ	Яблоко	X		
	Абрикос	X		
	Вишня	X		
	Киви	X		
	Дыня		X	X
	Нектарин	X		
	Апельсин		X	
	Персик	X		
	Груша	X		
	Слива	X		
	ОВОЩИ	Болгарский перец	X	
Морковь		X		X
Сельдерей		X		X
Пастернак				X
Картофель		X		
Помидор		X	X	
СТРУЧКОВЫЕ	Горох		X	
	Арахис	X	X	
ПРЯНОСТИ И ПРИПРАВЫ	Анис	X		X
	Базилик	X		X

		Берёза, ольха, вяз, орешник	Луговые травы	Полынь
		ПРЯНОСТИ И ПРИПРАВЫ	Ромашка	
	Тмин	X		X
	Кориандр	X		X
	Укроп	X		X
	Фенхель	X		X
	Лекарственный лобисток	X		X
	Майоран	X		X
	Душица	X		X
	Болгарский перец	X		X
	Петрушка			X
	Перец (чёрный, белый, зелёный)	X		X
	Эстрагон	X		X
	Тимьян	X		X
	Полынь	X		X
ОРЕХИ И СЕМЕНА	Миндаль	X		
	Бразильский орех	X		
	Фундук	X		
	Семена подсолнечника			X
	Грецкий орех	X		