

μείωση των αλλεργικών συμπτωμάτων τους, ενώ άλλα μπορεί να υποτροπιάσουν και να χρειαστεί μεγαλύτερο διάστημα χορήγησης.

#### Ποιες είναι οι πιθανές αντιδράσεις;

Υπάρχουν δύο τύποι ανεπιθύμητων ενεργειών που μπορεί να εμφανιστούν με την **ενέσιμη ανοσοθεραπεία**.

- Οι τοπικές αντιδράσεις που είναι αρκετά συχνές και εμφανίζονται ως ερυθρότητα και οίδημα στο σημείο της ένεσης. Αυτό μπορεί να συμβεί άμεσα ή αρκετές ώρες μετά την αγωγή. Οι συστηματικές αντιδράσεις είναι πολύ λιγότερο συχνές και μάλλον σπάνιες, είναι συνήθως ήπιες και κατά κανόνα ανταποκρίνονται γρήγορα στην φαρμακευτική αγωγή. Οι εκδηλώσεις περιλαμβάνουν έντονα συμπτώματα αλλεργίας, όπως το φτέρνισμα, τη βουλωμένη μύτη ή αλλεργικό εξάνθημα (κνίδωση). Σπάνια, μια σοβαρή συστηματική αντίδραση που ονομάζεται αναφυλαξία μπορεί να αναπτυχτεί, με πρήξιμο στο λαιμό, δύσπνοια, αίσθημα σφίξιματος στο στήθος, ναυτία ή ζάλη.
- Οι πιο σοβαρές συστηματικές αντιδράσεις συμβαίνουν μέσα σε 30 λεπτά από τη χορήγηση της ανοσοθεραπείας. Γι' αυτό συνιστάται να παραμένετε στο ιατρείο για 30 λεπτά μετά από την ένεση σας. Ο αλλεργιολόγος έχει εκπαιδευτεί για να αντιλαμβάνεται τέτοιες αντιδράσεις και είναι εξοπλισμένος για τον άμεσο εντοπισμό αλλά και τη θεραπεία τους με τα κατάλληλα φάρμακα.
- Στην υπογλώσσια ανοσοθεραπεία οι ανεπιθύμητες ενέργειες είναι ελάχιστες και κατά κύριο λόγο τοπικές (περιοχή στόματος/ γλώσσας).

#### Συμπεράσματα

- Η ανοσοθεραπεία είναι μια θεραπεία που στοχεύει στη δημιουργία ανοχής στις ουσίες που προκαλούν συμπτώματα αλλεργίας.
- Σε αντίθεση με τη φαρμακευτική αγωγή που ανακουφίζει από τα συμπτώματα, η ανοσοθεραπεία προκαλεί ίαση προβλήματος.
- Εμποδίζει την εξέλιξη της αλλεργικής ρινίτιδας, σε αλλεργικό άσθμα.
- Η ανοσοθεραπεία λειτουργεί σαν ένα εμβόλιο. Το σώμα σας αρχίζει να ανταποκρίνεται στις χορηγούμενες ποσότητες του αλλεργιογόνου, με την ανάπτυξη ανθεκτικότητας και την ανοχή σε αυτό, γεγονός που πρακτικά σημαίνει την πλήρη ίαση της νόσου.
- Ο αλλεργιολόγος είναι ο μοναδικός υπεύθυνος ιατρός που θα προβεί στον κατάλληλο έλεγχο για τη σωστή διάγνωση των αλλεργιών σας, θα καθορίσει με ακρίβεια το ή τα υπεύθυνα αλλεργιογόνα και θα σας πει αν η ανοσοθεραπεία είναι κατάλληλη για εσάς.
- Ενώ οι περισσότεροι άνθρωποι που υποβάλλονται σε ανοσοθεραπεία, μπορούν να βιώσουν μια μόνιμη μείωση των αλλεργικών συμπτωμάτων τους, κάποιοι άλλοι, σπανιότερα, δεν μπορούν να ανταποκριθούν στις ενέσεις ανοσοθεραπείας.

“Οι ήπιες αντιδράσεις είναι πιθανές, οι σοβαρές σπανιότατες, αλλά ο αλλεργιολόγος είναι ο ειδικός γιατρός που έχει εκπαιδευτεί για να τις παρακολουθεί να τις εντοπίζει και να τις θεραπεύει.”



Για περισσότερες πληροφορίες:

- [www.allergikos.gr](http://www.allergikos.gr)
- [www.allergy.org.gr](http://www.allergy.org.gr)



## Ανοσοθεραπεία



## Ανοσοθεραπεία για τις αλλεργικές παθήσεις

### Χρήσιμες συμβουλές

Η ειδική θεραπεία απευαισθητοποίησης (**ανοσοθεραπεία**), είναι μια κατοχυρωμένη και άκρως αποτελεσματική θεραπεία του αλλεργικού βρογχικού άσθματος, της αλλεργικής ρινίτιδας και της αλλεργίας στο δηλητήριο υμενοπτέρων (μέλισσα, σφήκες). Θα μπορούσε να χαρακτηριστεί επαναστατική και πρωτότυπη μορφή θεραπείας, αφού επιτυγχάνεται η πλήρης θεραπεία και η ίαση του αλλεργικού ασθενούς χωρίς τη χρήση παραδοσιακών φαρμακευτικών σκευασμάτων. Είναι μάλιστα μία από τις ελάχιστες περιπτώσεις, που η σύγχρονη ιατρική δίνει μόνιμη θεραπευτική λύση σε χρόνιο πρόβλημα υγείας, όπως είναι οι αλλεργίες.

Οι αλλεργικές παθήσεις είναι το αποτέλεσμα μιας «υπερβολικής» αλυσιδωτής αντίδρασης που ξεκινά από το ανοσοποιητικό σύστημα το οποίο είναι υπεύθυνο για την άμυνα του σώματός μας. Για παράδειγμα, η αλλεργία στη γύρη οφείλεται στο ότι το ανοσοποιητικό σας σύστημα αναγνωρίζει λανθασμένα τη γύρη ως **αλλεργιογόνο**, δηλαδή ως βλαβερό και επικίνδυνο στοιχείο το οποίο πρέπει να εξουδετερώσει. Έτσι αντιδρά υπερβολικά με την παραγωγή αντισωμάτων που ονομάζονται ανοσοσφαιρίνη E (IgE). Τα αντισώματα αυτά ταξιδεύουν και ενεργοποιούν συγκεκριμένα κύτταρα, τα οποία απελευθερώνουν χημικές ουσίες προκαλώντας την αλλεργική αντίδραση στη μύτη, στα μάτια και στους πνεύμονες.

Η ανοσοθεραπεία αποσκοπεί στην αύξηση της ανοχής σας στα αλλεργιογόνα που προκαλούν τα συμπτώματα, κάθε φορά που εκτίθεστε σε αυτά. Ο αλλεργιολόγος είναι ο εξειδικευμένος γιατρός για να εξετάσει ποια αλλεργία έχετε και να σας πει αν η ανοσοθεραπεία είναι κατάλληλος τρόπος θεραπείας για εσάς.

### Ποιες μορφές ανοσοθεραπείας υπάρχουν;

Υπάρχουν δύο μορφές ανοσοθεραπείας. Η **ενέσιμη υποδόρια** ανοσοθεραπεία και η **υπογλώσσια**, η οποία κατοχυρώθηκε στην καθημερινή κλινική πράξη τα τελευταία χρόνια. Στο παρόν έντυπο αναπτύσσεται η πρώτη μορφή, η οποία ξεπερνά τα 100 έτη από τότε που πρωτοεμφανίστηκε.

### Για ποιον είναι κατάλληλη η ανοσοθεραπεία;

Η ανοσοθεραπεία συνιστάται σε ασθενείς με αλλεργικό άσθμα, αλλεργική ρινίτιδα, επιπεφυκίτιδα και αλλεργία σε νυγμό υμενοπτέρων (μέλισσες, σφήκες). Δεν συνιστάται ακόμα για τροφικές αλλεργίες. Η απόφαση για την έναρξη ανοσοθεραπείας από τον Αλλεργιολόγο σας, καθορίζεται με βάση τα εξής στοιχεία:

- Τη διάρκεια της αλλεργικής περιόδου και την σοβαρότητα των συμπτωμάτων σας
- Εάν τα φάρμακα και οι αλλαγές στο περιβάλλον σας μπορούν ή όχι να ελέγξουν τα συμπτώματα αλλεργίας σας
- Η πιθανότητα επιδείνωσης του προβλήματός σας π.χ. η εκδήλωση και αλλεργικού άσθματος, ενώ υπάρχει αλλεργική ρινίτιδα
- Η επιθυμία σας να αποφευχθεί η μακροχρόνια χρήση φαρμάκων

Η ανοσοθεραπεία για τα παιδιά είναι αποτελεσματική και συχνά καλά ανεκτή. Θα μπορούσε να αποτρέψει την εμφάνιση ευαισθητοποιήσεων σε νέα αλλεργιογόνα ή την εξέλιξη σε άσθμα.

Δεν είναι όλοι οι αλλεργικοί ασθενείς, κατάλληλοι για να υποβληθούν σε ανοσοθεραπεία. Τέτοιοι ασθενείς είναι αυτοί που πάσχουν από άλλες παθήσεις ή που λαμβάνουν συγκεκριμένη φαρμακευτική αγωγή. Για αυτό το λόγο είναι σημαντικό να αναφέρετε όλα τα φάρμακα που παίρνετε, στον αλλεργιολόγο σας.

### Πόσος χρόνος απαιτείται και ποιο είναι το κόστος;

- **Χρόνος:** η ανοσοθεραπεία απαιτεί τη διάθεση κάποιου μικρού μέρους του χρόνου σας.

Υπάρχουν γενικά δύο φάσεις στην ενέσιμη ανοσοθεραπεία: η **φάση ανόδου** και η **φάση συντήρησης**.

- Η **φάση ανόδου**, που γενικά κυμαίνεται από 1 έως 4 μήνες, περιλαμβάνει χορήγηση ενέσεων με αυξανόμενη ποσότητα αλλεργιογόνου κάθε φορά. Η συχνότητα χορήγησης είναι μία φορά φορά την εβδομάδα, αν και μερικές φορές μπορεί να εφαρμοστούν χρονοδιαγράμματα θεραπείας με πιο συχνή χορήγηση.
- Η **φάση συντήρησης** αρχίζει μόλις επιτευχθεί η πιο αποτελεσματική δόση. Η δόση αυτή είναι διαφορετική για κάθε άτομο, ανάλογα με το πόσο αλλεργικοί είστε αλλά και ανάλογα με την ανταπόκρισή σας στη φάση ανόδου. Μόλις φτάσουμε τη δόση συντήρησης, μεγαλώνει το χρονικό διάστημα που μεσολαβεί μεταξύ της χορήγησης των ενέσεων, συνήθως κάθε τέσσερις εβδομάδες.
- Η **υπογλώσσια ανοσοθεραπεία** έχει το πλεονέκτημα ότι απαιτεί περιστασιακή μόνον παρακολούθηση (κάθε 2-3 μήνες) επειδή η ανοσοθεραπεία γίνεται από τον ίδιο τον ασθενή στο σπίτι του βάσει συγκεκριμένου προγράμματος. Και στη θεραπεία αυτή υφίσταται «αρχική φάση» και «φάση συντήρησης» ενώ στην περίπτωση της αλλεργίας στις γύρες η δόση της ανοσοθεραπείας **μειώνεται** κατά την ανθοφορία των αλλεργιογόνων φυτών. Για τα υπόλοιπα αλλεργιογόνα (κατοικίδια ζώα, ακάρεα, μύκητες) η δόση είναι σταθερή καθ' όλη τη διάρκεια του έτους.
- **Κόστος:** μπορεί να διαφέρει ανάλογα με τον αριθμό των αλλεργιογόνων στα οποία υπάρχει αλλεργία. Πάντως σε γενικές γραμμές είναι λιγότερο από το συνολικό κόστος της παραδοσιακής φαρμακευτικής αγωγής και καλύπτεται από όλα τα ασφαλιστικά ταμεία.

### Υπογλώσσια ή ενέσιμη ανοσοθεραπεία;

Και οι δύο μορφές έχουν υπέρ και κατά.

Η υπογλώσσια ανοσοθεραπεία λόγω της ασφάλειας που παρέχει, γίνεται από τον ίδιο τον ασθενή στο σπίτι του βάσει συγκεκριμένου προγράμματος. Λαμβάνεται είτε καθημερινά, είτε 2-3 φορές εβδομαδιαίως. Φαίνεται όμως να υπολείπεται σε αποτελεσματικότητα σε σχέση με την ενέσιμη μορφή, ενώ η παρακολούθηση από τον Αλλεργιολόγο γίνεται ανα 4-5 μήνες.

Το μειονέκτημα στην ενέσιμη ανοσοθεραπεία είναι η -πολύ μικρή- πιθανότητα εκδήλωσης ανεπιθύμητων αντιδράσεων. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες είναι ελάχιστες και κατά κύριο λόγο τοπικές. Παρά ταύτα, έχουν αναφερθεί παγκοσμίως (όχι όμως και στην Ελλάδα) και σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες (πχ. ασθματική κρίση) όταν δεν τηρήθηκε επακριβώς το πρόγραμμα της ανοσοθεραπείας. Τα πλεονεκτήματα της ενέσιμης ανοσοθεραπείας είναι ότι μετά τη



φάση ανόδου οι συνεδρίες θεραπείας είναι μια φορά ανά τέσσερις εβδομάδες, ο ασθενής παρακολουθείται σε μηνιαία βάση από τον Αλλεργιολόγο και το κυριότερο, η μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα σε σχέση με την υπογλώσσια ανοσοθεραπεία.

### Ποιος γιατρός μπορεί να κάνει ανοσοθεραπεία για την αλλεργία;

Η ανοσοθεραπεία είναι μέθοδος θεραπείας που απαιτεί ειδική εκπαίδευση και εμπειρία από τον γιατρό που την εκτελεί. Επειδή, κατά τη διάρκεια χορήγησης των εμβολίων, μπορεί σπάνια να συμβούν ανεπιθύμητες αντιδράσεις, ο αλλεργιολόγος είναι ο γιατρός που έχει την κατάλληλη εκπαίδευση για τη διενέργεια της και εξοικείωση για την αναγνώριση και αντιμετώπιση αυτών των αντιδράσεων.

Η ανοσοθεραπεία θα πρέπει να γίνεται σε αλλεργιολογικό ιατρείο. Οι ενέσεις είναι ανώδυνες και γίνονται με πολύ λεπτή βελόνα (διάμετρος 26G-27G) στο πίσω μέρος του βραχίονα. Ο χρόνος αναμονής μεταξύ των εμβολίων είναι 15 λεπτά και ο χρόνος αναμονής μετά το δεύτερο εμβόλιο είναι 40 λεπτά. Της ανοσοθεραπείας προηγείται υποχρεωτικά η κλινική εξέταση του ασθενούς.

### Πώς λειτουργεί η ανοσοθεραπεία;

Η ανοσοθεραπεία/απευαισθητοποίηση λειτουργεί σαν ένα εμβόλιο. Το σώμα σας ανταποκρίνεται στην ένεση ποσοτήτων ενός συγκεκριμένου αλλεργιογόνου (που δίνεται σε σταδιακά αυξανόμενες δόσεις) λίγο-λίγο, αναπτύσσοντας αντίσταση και ανοχή σε αυτό. Ο τελικός σκοπός της ανοσοθεραπείας είναι να μην εμφανίζονται καθόλου συμπτώματα αλλεργίας, ή να είναι ελάχιστα, όταν εκτεθείτε εκ νέου στο αλλεργιογόνο και να μην χρειάζεται να χρησιμοποιείτε άλλα φάρμακα γι' αυτό.

### Πότε θα νιώθω καλύτερα;

Σε κάποιες περιπτώσεις μείωση των συμπτωμάτων παρατηρείται από την αρχή, κατά τη διάρκεια της φάσης ανόδου. Στην πλειοψηφία όμως των ατόμων που υποβάλλονται σε ανοσοθεραπεία, η βελτίωση των συμπτωμάτων τους εμφανίζεται στη φάση συντήρησης και μέχρι 12 μήνες μετά την έναρξη της θεραπείας. Αν δεν υπάρχει βελτίωση αυτό μπορεί να οφείλεται:

- Ανεπαρκής δόση του αλλεργιογόνου στο εμβόλιο σας
- Αλλεργιογόνα που δεν εντοπίστηκαν κατά τη διάρκεια του τεστ αλλεργία σας
- Τα υψηλά επίπεδα του αλλεργιογόνου στο περιβάλλον σας
- Σημαντική έκθεση σε μη αλλεργικούς παράγοντες (π.χ. κάπνισμα)

Αν μετά από ένα χρόνο ανοσοθεραπείας σε δόσεις συντήρησης, δεν υπάρχει βελτίωση, ο αλλεργιολόγος θα συζητήσει μαζί σας άλλες θεραπευτικές επιλογές.

### Πότε πρέπει να σταματήσει η ανοσοθεραπεία;

Μόλις φτάσουμε τη δόση συντήρησης, η αποτελεσματική ανοσοθεραπεία συνήθως συνεχίζεται για τρία και καλύτερα για πέντε έτη. Η απόφαση διακοπής της ανοσοθεραπείας θα πρέπει να συζητηθεί με τον αλλεργιολόγο σας εκείνη τη στιγμή. Μερικά άτομα μπορεί να εμφανίσουν μια μόνιμη