

Všeliaková alergia

**Máte teplotu, bolí
vás hlava či kĺby?
Možno automaticky
siahnete po lieku
s látkou, ktorá vám
môže spôsobiť alergiu.
Pozor, obsahujú ju aj
niektoré potraviny!**

TEXT Adriana Fábryová
FOTO Profimedia, Shutterstock

Naši odborníci



► MUDr. ĽUBICA
SLÁDKOVIČOVÁ
internistka,
kardiologička



► MUDr. MARTIN
LEŠŤAN
imunoalergiológ

Začiatkom minulého storočia mal povest všeliaku. Doktori ho predpisovali takmer proti všetkému – prechladnutiu, tuberkulóze, trombóze, zápalu mandlí, bolesti hlavy a najmä proti reume. Obsahuje kyselinu acetylsalicylovú a podľa štatistik ešte aj dnes patrí k najpredávanejším pilulkám na svete. Poznáte ho napríklad ako aspirín, acylpyrín, anopyrín, vasapirín či stadapyrín.

Precitlivení?

Zdene však zistili alergiu na kyselinu acetylsalicylovú. „Problém je v tom, že ju obsahuje takmer každý liek. Bolí ma kĺb, ale lekári mi nevedia dať nič iné na zmiernenie bolesti,“ sťažuje sa. Doktor Martin Lešťan z imunoalergologického centra v Prešove a Sabinove si myslí, že v jej prípade môže ísť naozaj o aspirínovú alergiu, ktorú vyvolávajú klasické alergické mechanizmy. Ale aj o precitlivenosť, odborne hypersenzibilitu, ktorú sprostredkujú účinky lieku. Prejavy oboch bývajú podobné. „Precitlivenosť je častejšia než alergia, no ľudia si ich pletú. Kým pri alergických reakciách si vieme pomôcť vyšetrením krvi či testovaním, pri liekovej precitlivenosti musíte absolvovať expozičný test,“ tvrdí odborník. Príznaky sa zvyčajne objavujú do hodiny po užití lieku. Môžu sa prejavovať mierne, zvyčajne nádchou, svrbením očí, výsevom na koži, ale môžu vás aj ohroziť na živote – napríklad sťaženým dýchaním pri astmatickom záchvate. „Keďže časť ľudí reaguje precitlivené aj na niektoré lieky zo skupiny nesteroidných protizápalových, je potrebné dôkladné alergologické vyšetrenie. Lekár potom nájde bezpečný liek, ktorý budete užívať ako náhradu.“

ZDRAVÁ RADA

Prostriedky proti bolesti berte maximálne desať dní v mesiaci. Dvadsať dní by ste sa mali zaobísť bez nich. Pozor, ani počas desiatich dní nemôžete zhltnúť akékoľvek množstvo tabletiék! Napríklad maximálna denná dávka kyseliny acetylsalicylovej je štyri gramy na deň. Poradte sa však s lekárom!

Aj v potravinách

Najhoršie sú na tom pacienti s prieduškovou astmou, ktorú často sprevádza chronický zápal prinosových dutín a tvoria sa pri nej nosové polypy. „Na aspirínovú hypersenzitivitu trpí päť až desať percent z nich,“ objasňuje doktor Lešťan a upozorňuje, že aspirín sa nachádza nielen v liekoch, ale aj v potravinových doplnkoch určených na zmiernenie bolesti, prechladnutie, znižovanie kyslosti žalúdka a v niektorých potravinách. „Salicyláty sa používajú aj ako konzervačné látky, preto by ste mali obmedziť potraviny, ktoré ich obsahujú. Ich obsah môže byť vyšší napríklad v žuvačkách, ústnych vodách a zubných pastách. Dajte si pozor, aj keď konzumujete väčšie množstvo citrusového ovocia, ananásu, sliviek či čerešní, sušeného a kandizovaného ovocia, čaju, vína alebo paradajok.“ Ak vám zistia alergiu alebo precitlivenosť na kyselinu acetylsalicylovú, je možné, že vám alergiológ navrhne desenzibilizáciu. Tej sa však na Slovensku venujú len vybrané pracoviská. „Z farmakologickej liečby sa ako efektívny ukázal liek, ktorý blokuje leukotriény a zlepšuje astmatické príznaky. Základom je však stále eliminačná metóda. To znamená, že by ste mali vynechať salicyláty pri liečbe a znížiť ich príjem potravinami či doplnkami. Diétu však konzultujte s výživovým poradcom. Ten v jedálnom lístku doplní vhodné živiny. Mnohé potraviny, ktoré obsahujú rizikové salicyláty, sú totiž cenné v zmysle prevencie rakoviny či srdcovo-cievnych ochorení.“

Zneužívaný

Tajomstvo popularity aspirínu a jemu podobných liekov s kyselinou acetylsalicylovou tkvie v trojakom účinku: účinkuje proti bolesti, znižuje teplotu, zmiernuje zápal. „Používa sa na liečbu horúčky, najmä pri akútnych chrípkových ochoreniach, ale aj pri bolestiach hlavy a migréne, pri bolestiach zubov, nervov, chrčtice, kĺbov, svalov. Účinkuje pri reumatickej horúčke a zápalových ochoreniach, ako je reumatoidná artritída, perikartitída, Kawasakiho choroba či Reiterov syndróm. Podávanie v nízkych dávkach má dobrý efekt pri prevencii preeklampsie,“ vymenúva pozitívne účinky MUDr. Ľubica Sládkovičová z internej a onkologickej ambulancie Polikliniky Mýtna v Bratislave. Keďže však nie je na predpis, mnohí ľudia majú pocit, že si do úst vkladajú čosi ako neškodnú vitamínovú pilulku. Často netušia, že môže mať vedľajšie či dokonca životu nebezpečné účinky. Niektorí pacienti ho dokonca považujú za univerzálny liek, ktorý si môžu naordinovať pri každom zdravotnom probléme. „Nedodržiavajú pravidlá užívania a vystavujú sa vážnym zdravotným rizikám,“ upozorňuje lekárka.

Vredy aj krvácanie

Pilulky môžu dráždiť tráviaci trakt, spôsobiť žalúdočné vredy či dokonca nebezpečné krvácanie do žalúdka. Môžu spomaliť zrážanie krvi alebo vyvolať silnejšie krvácanie pri menštruácii. Preto liek nesmiete užívať pri chorobej krvácanosti a pri chirurgických

Keďže nie je na predpis, mnohí ľudia majú pocit, že si do úst vkladajú čosi ako neškodnú vitamínovú pilulku.



Vo vyšších dávkach môže spôsobovať aj závraty, zvonenie v ušiach, poruchy sluchu, bolesti hlavy a potenie.

zákrokoch spojených s väčším krvácaním. Doktorka Sládkovičová upresňuje: „Kyselina acetylsalicylová zosilňuje účinok látok, ktoré znižujú zrážavosť krvi. Ide napríklad o známe lieky na riedenie krvi na báze kumarínov. Pri súbežnej hormonálnej liečbe zvyšuje riziko krvácania zo zažívacieho traktu.“

A tým sa riziká nekončia: „Kyselina acetylsalicylová zvyšuje efekt aj nežiaduce účinky iných liekov používaných pri liečbe reumatických ochorení. Zosilňuje aj účinok liekov proti cukrovke a, naopak, znižuje účinok tých na močový systém. Užívanie spoločne s inými liekmi proti bolesti môže viesť k zlyhaniu obličiek. Vo vyšších dávkach môže spôsobovať závraty, zvonenie v ušiach, poruchy sluchu, bolesti hlavy a potenie. Pri dlhodobom užívaní zvyšuje aj aktivitu pečenejých enzýmov,“ upozorňuje odborníčka. Na lieky s obsahom kyseliny acetylsalicylovej by rozhodne mali zabudnúť tehotné a dojčiacie ženy. Deti do pätnásť rokov by sa jej mali vyhýbať úplne. Hrozí im vzácny, ale smrteľný Reyov syndróm, pri ktorom opúcha mozog a zlyhávajú obličky.

Na predpis!

Osvietení odborníci by bezstarostné užívanie či dokonca zneužívanie nenápadných


tabletiiek najradšej stopli. Podľa niektorých by mali byť viazané na predpis, iní navrhujú, aby sa zmenšili balenia a pilulky sa mohli voľne užívať len štyri dni. Potom by ste ich užívanie museli konzultovať s lekárom. Nejde len o lieky s obsahom kyseliny acetylsalicylovej, ale aj o tabletky zo skupiny nesteroidných protizápalových liekov, napríklad s účinnou látkou ibuprofén. Mnohí lekári sú však presvedčení, že aspirín ako prostriedok proti bolesti by sme už vôbec nemali užívať. Vedci, ktorí spolupracujú s farmaceutickou firmou vyrábajúcou aspirín, samozrejme, s kritikou nesúhlasia. Tvrdia, že je na trhu vyše sto rokov, takže jeho účinky sú veľmi dôkladne preskúmané. Argumentujú, že nepôsobí len proti bolesti, horúčke a zápalom, ale je dôležitý aj pri prevencii infarktu, mozgovej porážky a rakoviny hrubého čreva.

Ich tvrdenia podporujú viaceré výskumy. V USA sa napríklad nízke dávky aspirínu odporúčajú ľuďom medzi päťdesiatym až sedemdesiatym rokom života, ktorí majú vyše desaťpercentné riziko ochorenia srdca. Nesmú však mať zvýšené riziko krvácania a sú inak úplne zdraví. Vedci z Oxfordskej univerzity tvrdia, že primeraná denná dávka pre ľudí nad štyridsať rokov je sedemdesiatpäť miligramov kyseliny acetylsalicylovej.



Zachráni život?

Doktorka Sládkovičová je však skeptická: „Nemáme dostatok dôkazov, na základe ktorých by sme mohli starším zdravým ľuďom odporučiť užívanie kyseliny acetylsalicylovej ako prevencie infarktu a mozgovej porážky. Aj u mladších osôb bez známeho kardiovaskulárneho ochorenia je úžitok preventívnej liečby nižší než riziko.“ Zároveň však pripúšťa, že podobné lieky sú dôležité pri liečbe pacientov, ktorí už utrpeli srdcový infarkt myokardu alebo mozgovú príhodu: „Zistilo sa, že ak títo pacienti denne užívajú lieky s kyselinou acetylsalicylovou aspoň dva roky, môžu predísť ďalším kardiovaskulárnym problémom či dokonca smrti.“ Samozrejme, pri kombinácii so zdravou zmenou životného štýlu!

Existujú aj štúdie, ktoré dokazujú účinok kyseliny acetylsalicylovej pri prevencii nádorov hrubého čreva. „Niekoľko dlhotrvajúcich výskumov potvrdilo, že preventívne užívanie dokáže znížiť výskyt polypov a rakoviny hrubého čreva u ľudí, ktorí patria z hľadiska dedičnosti do rizikovej skupiny,“ uzatvára odborníčka. 

ZDRAVÁ RADA

Ak vás čaká plánovaný chirurgický zákrok, napríklad u zubára, mali by ste lieky s obsahom kyseliny acetylsalicylovej prestať užívať minimálne päť dní predtým. Účinná látka zvyšuje krvácanosť a môže komplikovať operácie. Lekári na tento fakt prišli, keď uvažovali, prečo pacienti po operácii mandlí stále krvácajú.

