

Jeden týždeň v škôlke, tri týždne doma... Tento kolobeh je pre mnohé detičky, najmä po nástupe do kolektívu, typický. Ich imunita dostáva zabráť, nehovoriac o tom, že aj sily a možnosti pracujúcich rodičov.

Poruchy imunity u detí



Časté infekcie dýchacích ciest, dlhé priebehy ochorení, nálezy nezvyčajných patogénov... Aj to sú dôvody, pre ktoré sú niektoré deti odosielané pediatriami do ambulancie klinickej imunológie a alergiológie. **MUDr. Martin Lešťan** z Alergo-imunologického centra v Prešove (www.alergoimun.sk) nám priblíži, kedy je možné u dieťaťa predpokladať poruchy imunity.

„Základnou funkciou imunitného systému (IS) je obrana organizmu najmä proti cudzorodým látkam, infekcii. Tento systém je prepojený s nervovým a endokrinným a plní funkciu informačnú a riadiacu. Vystupuje akoby v úlohe polície, vojska, ale i technických a informačných služieb. Neustále odlišuje, čo je pre organizmus prospešné, a škodlivé účinne odstraňuje. Jeho dôležitou vlastnosťou je schopnosť „učiť sa“ a adaptovať sa na nové podmienky.“

Aká matka, taká (chorá) Katka?

Dôležitú úlohu pri formovaní obranyschopnosti má genetika. Dr. Lešťan preto radí rodičom, ak sami boli v detstve „chorľavejší“, aby už na začiatku opakovaných symptómov u detí zbytočne nečakali a vyhľadali imunológa. Imunitný systém je tiež úzko prepojený s nervovým. „Veľmi ho ovplyvňuje myslenie a stres. Nie všetky trojročné deti sú rovnako pripravené na vstup do kolektívu nielen z hľadiska vývoja imunity, ale aj z emočnej a psychickej stránky,“ upozorňuje Dr. Lešťan a pokračuje: „Dlhodobý stres, pocit úzkosti pri opustení matky vplyvajú neraz u dieťaťa aj na oslabenie jeho obranyschopnosti. Svoje zohráva aj výživa, životný štýl, očkovanie, pridružené ochorenia. Rozhodnutie dať dieťa do škôlky by preto nemalo byť iba na základe jeho veku.“

Funkcie imunitného systému

Jeho základnou zložkou sú bunky, ktoré plnia imunitné funkcie. Niektoré z nich cirkulujú, iné sú v orgánoch a tkanivách. Aké mechanizmy fungujú v rámci celého systému, popisuje alergológ: „Medzi centrálné orgány IS patria týmus (detská žľaza) a kostná dreň. Periférne orgány sú slezina, lymfatické uzliny, mandle a lymfatické tkanivo v dýchacom a tráviacom ústrojenstve. Celý proces je veľmi zaujímavý – bunky IS sa u dieťaťa vyvíjajú už v tele matky. Základnými školami pre ne sú týmus a kostná dreň. V týmuse sa z niektorých buniek stane akýsi koordinátor, z iných zabijak. V kostnej dreni sa zasa biele krvinky špecializujú na tvorbu protilátok, ktoré zabezpečujú obranu proti patogénom (tzv. humorálna imunitná reakcia). Naopak, bunková imunitná reakcia chráni bunky proti patogénom (vírusy, plesne...), ale vie bojovať aj proti nádorovo zmeneným bunkám.“

„ Pri vážnych prejavoch poškodenej obranyschopnosti sa neodporúča u detí ani dospelých užívať voľnopredajné doplnky na podporu imunity. Je potrebné podstúpiť vyšetrenia a užívať lieky, ktoré naordínuje lekár. “

Detský vek z hľadiska IS

Novorodenci, dočiatá, batoliatá

„Imunitný systém novorodenca je plne vybavený,“ hovorí Dr. Lešťan, avšak podotýka, že plná výbava ≠ plná funkčnosť. „Tento imunitný systém je nezrelý, nemá ešte vybudovanú tzv. špecifickú pamäť. Novorodenci sú preto ohrození určitými patogénmi, voči ktorým sa nedokážu dostatočne brániť. Príroda to ale vyriešila geniálne. Matka dáva dieťaťku cenný dar – vlastné protilátky, ktoré ho budú chrániť počas prvého polroka života. Ďalšou imunologickou bombou je materské mlieko, ktoré obsahuje kokteil imunologicky aktívnych buniek, ale aj humorálnych zložiek.“ U dočiat a batoliat sa odlišuje obdobie prvých 5 – 6 mesiacov, keď ešte pôsobia protilátky od matky, a druhý polrok, v ktorom postupne dozrievajú jednotlivé zložky imunity. „Tento proces je pozvoľný, niektoré súčasti dozrejú až v puberte. Dieťa určite nie je zmenšený dospelý, je to dynamicky sa vyvíjajúci organizmus a platí to aj pre jeho imunitu. Dojča a batola „nevie odpovedať“ primerane na určité podnety (niektoré druhy baktérií ap.), a preto nepatrí do kolektívu, imunitný systém nie je ešte pripravený na nápor infektov,“ podotýka alergológ.

Predškôláci

Už majú imunitnú odpoveď dokonalejšiu. V porovnaní s dospelými im ale chýba tzv. imunologická pamäť. „Ich IS sa ešte nestretol s mnohými patogénmi. Netreba sa preto u škôlkarov báť prechodných nachladnutí. Ich imunita sa musí vycvičiť. Avšak veľkou chybou je, ak dieťa nemá po chorobe čas na zotavenie. Nedoliečené, predčasne znovu poslané medzi svojich rovesníkov je adeptom na vznik tzv. sekundárnej poruchy imunity. Rovnako je chybou posilať do škôlky infekčne choré dieťa. Neprosieva mu to a je to nemorálne voči iným deťom.“

Školáci

Ich bunková imunita a veľká časť humorálnej imunity pracuje už efektívne, hoci stále dochádza k zvyšovaniu hladín určitých protilátok (IgG, IgA). „Školák, ktorý navštevoval škôlku, má už aj slušnú imunologickú pamäť. IS týchto detí však ovplyvňujú aj alergie, infekcie... Významná je aj puberta, kedy sa u časti detí stretávame s dysbalanciou IS.“

Adolescenti

Ich IS by mal byť na vrchole svojej funkčnosti. Týmus (detská žľaza) zaniká. V dospelosti začína IS pozvoľna strácať na svojej výkonnosti.

Diagnostika a liečba

V rámci vyšetrení zisťuje imunológ u pacienta stupeň poškodenia IS. Po nájdení príčiny navrhne vhodnú terapiu. „Neodporúčam rodičom púšťať sa do samoliečiteľstva a radšej sa vyhýbať zázračným preparátom „na všetko“. Môže to oddialiť diagnostiku závažnej choroby, ktorá je možno v pozadí stavu. Pri správne určenej diagnóze je k dispozícii široká škála imunomodulačných liekov. Niektoré obranyschopnosť stimulujú, posilňujú, iné brzdia nevhodné reakcie. Pri určitých typoch ochorení siaha imunológ po antivirotikách, pri iných po biologických preparátoch, bakteriálnych lyzátach atď. Využívajú sa aj prípravky z rastlinných a živočíšnych enzýmov, betaglukány, echinacea, morské riasy, probiotiká, prebiotiká, ženšen a iné. Liečba je však vždy šitá na mieru pacienta.“

Kedy je vhodné siahať po voľnopredajných preparátoch na podporu imunity?

Pri vážnych prejavoch poškodenej obranyschopnosti NIE, ale ako prevencia pri očakávaných záťažových situáciách ÁNO, ako napr.:

- ▶ počas zvýšeného výskytu vírusových ochorení,
- ▶ pred operáciou,
- ▶ v skúškovom období, alebo počas zvýšeného stresu,
- ▶ u športovcov pri nadmernej fyzickej záťaži,
- ▶ po prekonaní ťažších infekcií, najmä vírusových.

Poruchy imunity

Keď IS nepracuje, ako má, bude za tým porucha... Rozoznávame ich primárne (vrodené) a sekundárne (získané). „Celkovo je asi 100 typov primárnych ochorení, pričom až 70 % sú tzv. humorálne deficity, ktoré sa klinicky prejavujú už vo veku okolo 6. mesiaca života. Asi 30 % pripadá na bunkové a iné poruchy imunity. A hoci je táto skupina menšia, je závažnejšia,“ hovorí Dr. Lešťan a pokračuje: „Sekundárnych porúch je prevažná väčšina, časť z nich sú len prechodné, ale existujú aj závažné – trvalé sekundárne poruchy.“

„Iné“ príčiny

Avšak prax dokazuje, že za poruchami imunity u detí často stoja iné príčiny, kvôli ktorým dochádza k prechodnému či trvalému postihnutiu imunitných funkcií. „Ide o tzv. sekundárnu imunodeficienciu, ktorá vzniká z rozmanitých príčin, napr. ako dôsledok vrodených a metabolických ochorení, infekcií, krvných a onkologických ochorení, úrazov, badateľný je aj vplyv užívania liekov a chemikálií, ale i stres,“ vymenúva Dr. Lešťan.

Varovné signály

Pri alergologickom vyšetrení hrá dôležitú úlohu anamnéza. Rodič najlepšie pozná svoje dieťa a informácie, ktoré lekárovi poskytne, sú často kľúčové. Aké sú teda varovné príznaky, svedčiace pre možnú primárnu imunodeficienciu?

- dieťa s viac ako 8 zápalmi stredného ucha alebo s viac ako 5 zápalmi prínosových dutín/rok
- 2 zápal pľúc/rok
- viac ako 2 infekčné bronchitidy/rok
- viac ako 2 hlboké tkanivové infekcie alebo kožné abscesy/rok
- dlhodobá liečba antibiotikami
- sepsa, meningitída
- atypické infekcie
- pretrvávajúce hnačky, malabsorbpcie, zaostávanie rastu
- chronické infekcie
- výskyt primárnej IDS v rodine

„Štatisticky trpí nejakou alergiou každý 3. človek.“

Prevencia má význam

Alergológ Dr. Lešťan odporúča svojim malým pacientom a ich rodičom, aby na imunitu mysleli celoročne a vhodne ju podporovali. „V období viróz radím napr. zvýšiť príjem čerstvej zeleniny a ovocia. Osvedčené sú čerstvé zeleňinové šťavy, vhodná je aj kvalitná pitná voda, a to nielen počas horúcich dní. Z potravinových doplnkov je účinné užívanie zinku a selénu, C-vitamínu.“

A aby to nebolo len o tom, že pán doktor „vodu káže a víno pije“, prekvapili sme ho na záver otázkou, čo on robí pre svoju imunitu: „V čase viróz mám rád zázvor s medom a citrónom, ale siaham aj po osvedčenom lieku našich predkov – po cesnaku, no deťom skôr odporúčam kvalitné cesnakové bezzápachové tobolky. Moji pacienti vedia, že patríam k zástancom preplachovania nosa, inhalácií, úpravy stravy, saunovania. Ale aj „pestovania“ pohody, pretože som presvedčený o tom, že pohoda a láska pomáhajú naštartovať imunitu niekedy lepšie ako drahý výživový doplnok.“