

# #SaveLives



## Αναφυλαξία και Πρώτες Βοήθειες



## #SaveLives

Every second counts.  
Learn First Aid.

### Λίγα λόγια για τις αλλεργίες

Ο όρος **αλλεργία** γεννήθηκε στο Münchener Medizinische Wochenschrift στις 24 Ιουλίου 1906, ως “**ειδικά τροποποιημένη αντιδραστικότητα του οργανισμού**”. Σήμερα ορίζουμε ως αλλεργία μια ανοσολογικά επαγόμενη και ειδική σε αλλεργιογόνο υπερευαισθησία που μπορεί να οδηγήσει σε ποικιλία διαφορετικών ασθενειών μέσω διαφόρων παθολογικών μηχανισμών, και έτσι θα πρέπει να ληφθούν διαφορετικές προσεγγίσεις στη διάγνωση, αντιμετώπιση και πρόληψη αυτών.

Η αλλεργία δεν αποτελεί η ίδια νόσο, αλλά έναν μηχανισμό που οδηγεί σε νοσηρές καταστάσεις. Στην κλινική πράξη η αλλεργία εκδηλώνεται με τη μορφή διαφορετικών καταστάσεων όπως αναφυλαξία, που είναι απειλητική για τη ζωή, κνίδωση, αγγειοοίδημα, αλλεργική ρινο-επιπεφυκίτιδα, αλλεργικό άσθμα, ορονοσία, αλλεργική αγγειίτιδα, πνευμονίτιδα υπερευαισθησίας, ατοπική δερματίτιδα (έκζεμα), δερματίτιδα εξ επαφής και κοκκιωματώδεις αντιδράσεις, καθώς επίσης και το πολυποίκιλο φάσμα των τροφικά ή φαρμακολογικά επαγόμενων αντιδράσεων υπερευαισθησίας. **Αλλεργίες μπορεί να εκδηλωθούν σε κάθε όργανο.** Συνηθέστερα όμως συμμετέχουν το δέρμα και οι βλεννογόνοι, καθώς αντιπροσωπεύουν τον φραγμό μεταξύ του συγκεκριμένου οργανισμού και του περιβάλλοντός του.



## Συχνά αλλεργιογόνα

### ▪ Αλλεργιογόνα ακάρεων οικιακής σκόνης

Τα **ακάρεα** της οικιακής σκόνης είναι η πιο διαδεδομένη πηγή αλλεργιογόνων εσωτερικού χώρου, η οποία προκαλεί αλλεργίες που σχετίζονται ιδιαίτερα με το **άσθμα**. Έχουν πολύ μεγάλη σημασία σε όλες, εκτός από λίγες, περιοχές του κόσμου όπου δεν μπορούν να επιβιώσουν λόγω ανυδρίας, υπερβολικού ψύχους ή υψομέτρου.

### ▪ Αλλεργιογόνα κατοικίδιων

Τα κατοικίδια είναι ανάμεσα στις συνηθέστερες αιτίες αλλεργίας: σποραδικές πληροφορίες υποδηλώνουν ότι ευθύνονται για τις αλλεργίες του **10–15%** του πληθυσμού στις **εύπορες χώρες**. Η ευαισθητοποίηση πιστεύεται ότι εξαρτάται από τη διασπορά αερομεταφερόμενων σωματιδίων από το δέρμα, τον σίελο ή τα ούρα. Η αλλεργία στα κατοικίδια αποτελεί παράγοντα κινδύνου για συμπτώματα άσματος, ρινοεπιπεφυκίτιδας και εκζέματος, ενώ σε μερικές περιοχές θεωρείται η πιο συνηθισμένη αιτία παιδικού άσματος.

### ▪ Γύρη δένδρων

Συγκεκριμένα δένδρα (**Fagales, Oleaceae και Cupressaceae**) αποτελούν τις πιο κλινικά ενδιαφέρουσες πηγές προέλευσης αλλεργιογόνων γύρης σε πολλές περιοχές παγκοσμίως. Η ταξινόμηση των αλλεργιογόνων δένδρων γίνεται σύμφωνα με τη φυλογενετική τους θέση, κάτι που προσφέρει χρήσιμες οδηγίες σχετικά με τη γεωγραφική τους κατανομή και τις συνήθεις εποχές ανθοφορίας τους. Τα περισσότερα ανθίζουν κυρίως την άνοιξη, αν και η περίοδος ανθοφορίας τους ποικίλει ανάλογα με την περιοχή, κυμαινόμενη από νωρίς τον Ιανουάριο έως τον Ιούνιο.



## ▪ Τροφικά αλλεργιογόνα

Ανάλογα με τον τρόπο ευαισθητοποίησης, οι άμεσοι τύπου τροφικές υπερευαισθησίες είναι είτε αποτέλεσμα αντιδραστικότητας σε αλλεργιογόνα των τροφών μέσω του γαστρεντερικού συστήματος ή αποτέλεσμα δευτερογενούς ευαισθητοποίησης σε διασταυρούμενης αντίδρασης αλλεργιογόνα τροφών οφειλόμενης κυρίως σε πρωτογενή ευαισθητοποίηση σε ομόλογα αλλεργιογόνα γύρης μέσω της αναπνευστικής οδού. Στη σχολική ηλικία, στην εφηβεία και στην ενήλικη ζωή επικρατεί η τροφική αλλεργία **διασταυρούμενης αντίδρασης**. Σύμφωνα με νέα επιδημιολογικά δεδομένα, η ευαισθητοποίηση στα αντίστοιχα τροφικά αλλεργιογόνα εξαρτάται σημαντικά από την έκθεση και την ευαισθητοποίηση σε εισπνεόμενα αλλεργιογόνα.

## ▪ Δηλητήρια εντόμων

Τα δηλητήρια των εντόμων περιέχουν ένα πολύπλοκο **μείγμα τοξικών πεπτιδίων και πρωτεϊνών**. Μέχρι σήμερα είναι γνωστά δώδεκα μοριακά αλλεργιογόνα από το δηλητήριο της μέλισσας και πέντε από το δηλητήριο της σφήκας **Vespula**, των οποίων η αλληλουχία έχει προσδιοριστεί.



# Παράγοντες από το Εργασιακό Περιβάλλον που σχετίζονται με Αλλεργία

**Περιβαλλοντικοί παράγοντες** στο χώρο εργασίας μπορεί να οδηγήσουν σε διάφορες αλλεργικές αντιδράσεις. Μετά από έκθεση σε παράγοντες στο χώρο εργασίας, συχνά εμφανίζεται εργασιακή ρινίτιδα ή άσθμα, ενώ ο χρόνιος βήχας στην εργασία μπορεί να θεωρηθεί ως σχετιζόμενη με την εργασία διαταραχή. Το επίπεδο έκθεσης θεωρείται παράγοντας κλειδί, με τον κίνδυνο να αυξάνεται με το μέγεθος της έκθεσης.

## Επιδεινούμενα από την εργασία άσθμα ή ρινίτιδα

- **Εργασιακή αλλεργική ρινίτιδα ή άσθμα**
  - Υψηλού μοριακού βάρους αλλεργιογόνα
    - Αλευρόσκηνη
    - Ένζυμα
    - Λάτεξ
    - Ζωικές πρωτεΐνες
    - Πρωτεΐνες από ψάρια, οστρακοειδή, θαλασσινά
    - Γύρη
  - Χαμηλού μοριακού βάρους αλλεργιογόνα
    - Μεταθειικό
    - Άλατα χρωμίου, νικελίου, πλατίνας
    - Ισοκυανιούχα
    - Ανυδρίτες οξέων
    - Ακρυλικά
    - Κολλήσεις (κολοφώνιο)
  - Αβέβαια συστατικά
    - Πριονίδι (κόκκινος κέδρος, βελανιδιά, ιρόκο)
- **Μη αλλεργική επαγόμενη από ερεθιστικά ρινίτιδα ή άσθμα**
  - Ισοκυανιούχα
  - Καθαριστικά
  - Χλωρίνη
  - Metam νάτριο
  - Αμμωνία
  - Εξατμίσεις πετρελαίου
  - Διαλύτες
  - Διοξείδιο του θείου
  - Τετροξείδιο νατρίου

## Εργασιακή ρινίτιδα ή άσθμα

- Αέρια και υδρατμοί
- Καυσαέρια
- Ανόργανες σκόρες, ίνες
- Οργανικά αεροζόλ
- Οργανικές ενώσεις
- Φυσικά ερεθίσματα



## Λίγα λόγια για την αναφυλαξία

Ο όρος **αναφυλαξία** χρησιμοποιείται για να περιγράψει μια οξεία και απειλητική για τη ζωή αντίδραση ανοσολογικού τύπου, η οποία σχετίζεται με μη φυσιολογική υπερευαισθησία σε κάποια ουσία. Περιγράφει επίσης αιφνίδια επεισόδια χωρίς προηγούμενη ευαισθητοποίηση (**ιδιοπαθής αναφυλαξία**). Πλέον δε θεωρείται σπάνια, καθώς σύμφωνα με μελέτη του 2006, ο δια βίου επιπολασμός είναι 0,05%- 2% στο γενικό πληθυσμό, τόσο σε ενήλικες όσο και σε παιδιά.

Η **αλλεργική αναφυλαξία** ή άμεση αλλεργική αντίδραση υπερευαισθησίας προκαλείται συνήθως από την επίδραση του ειδικού αλλεργιογόνου παράγοντα σε ένα άτομο που έχει προηγούμενα εκτεθεί και ευαισθητοποιηθεί σε αυτόν με παραγωγή ειδικών ανοσοσφαιρινών. Κατά την επανέκθεση, ο αλλεργιογόνος παράγοντας συνδέεται με δύο ειδικούς υποδοχείς των IgE σχηματίζοντας μια γέφυρα μεταξύ των δύο IgE. Οι δύο IgE υποδοχείς ενεργοποιούνται και επάγουν ένα σήμα για την έναρξη μιας σειράς μετασχηματισμών ώστε να απελευθερωθούν οι συστηματικά δρώντες διαμεσολαβητές της φλεγμονής, όπως η **ισταμίνη**, οι ουδέτερες πρωτεάσες (τρυπτάση, χυμάση) και πρωτεογλυκάνες (ηπαρίνη) από ενδοκυττάρια κοκκία των κυττάρων των ιστών και του αίματος.

Στη **μη αλλεργική αναφυλαξία** ή άμεση μη αλλεργική αντίδραση υπερευαισθησίας - γνωστή παλαιότερα με τον όρο αναφυλακτοειδής υπερευαισθησία - η κλινική συμπτωματολογία είναι αποτέλεσμα της άμεσης, χωρίς την παραγωγή ειδικών ανοσοσφαιρινών, φαρμακολογικής ή τοξικής διέγερσης των μαστοκυττάρων και των βασεόφιλων τα οποία στη συνέχεια απελευθερώνουν τους ίδιους φλεγμονώδεις διαμεσολαβητές που παράγονται και στην αλλεργική αναφυλαξία. Το κλινικό αποτέλεσμα της μη αλλεργικής αναφυλαξίας αφορά συνήθως αντιδράσεις μικρότερης βαρύτητας σε σχέση με αυτές της αλλεργικής αναφυλαξίας. Η μη αλλεργική αναφυλαξία δε συσχετίζεται με ανοσολογικούς μηχανισμούς, έτσι δεν είναι αναγκαία η προηγούμενη επαφή με το αλλεργιογόνο για να εκδηλωθεί αντίδραση.



## Τα συχνότερα συμπτώματα της αναφυλαξίας

Τα συχνότερα συμπτώματα περιλαμβάνουν κνίδωση, οίδημα στους ανώτερους αεραγωγούς, δύσπνοια, συριγμό, διάχυτο ερύθημα, υπόταση και συμπτώματα από το γαστρεντερικό. Αν τα εξετάσουμε ανά σημείο, αυτά έχουν ως εξής:

### Νευρολογικά

- Ζάλη
- Αδυναμία
- Απώλεια συνείδησης

### Μύτη

- Κνησμός
- Συμφόρηση
- Πταρμοί
- Δακρύρροια

### Πνεύμονες

- Δυσφορία
- Δύσπνοια
- Ταχύπνοια
- Κυάνωση
- Βρογχόσπασμος

### Πεπτικό

- Ναυτία
- Έμετοι
- Σπασμοί
- Διάρροια (αιματηρή)

### Οφθαλμοί

- Κνησμός
- Ένεση επιπεφυκώτων
- Δακρύρροια

### Λάρυγγας

- Βράγχος
- Συριγμός
- Βήχας
- Οίδημα

### Δέρμα

- Flushing
- Γενικευμένος κνησμός
- Κνίδωση
- Αγγειοοίδημα

### Κυκλοφορικό

- Ταχυκαρδία
- Υπόταση
- Αρρυθμία
- Ανακοπή

Ανάλογα με τη βαρύτητα της αλλεργικής αντίδρασης, γίνεται και η αντίστοιχη ταξινόμηση.

Βαθμός	Κλινικές εκδηλώσεις
I	Δέρμα: γενικευμένη κνίδωση, ερύθημα με ή χωρίς αγγειοοίδημα
II	Συμμετοχή πολλών οργάνων με συμπτωματολογία από το δέρμα, υπόταση και ταχυκαρδία, βρογχική υπεραντιδραστικότητα
III	Σοβαρή μέχρι απειλητική για τη ζωή συμπτωματολογία από πολλά όργανα, όπως ταχυκαρδία ή βραδυκαρδία, αρρυθμία, collapse, βρογχόσπασμος, που απαιτεί άμεση αντιμετώπιση.
IV	Καρδιαγγειακή ή αναπνευστική ανακοπή
V	Μη αποτελεσματική αναζωογόνηση και θάνατος



# Πρώτες βοήθειες στην Αναφυλαξία

Η εκπαίδευση του κοινού στην αναγνώριση της αναφυλαξίας και τη σωστή παροχή πρώτων βοηθειών είναι σημαντική και πρέπει να επαναλαμβάνεται τακτικά.

## 1. Αναγνώριση αναφυλαξίας

Η έγκαιρη αναγνώριση της αναφυλαξίας είναι το πρώτο βήμα για την παροχή βοήθειας.

Αναγνωρίστε την αναφυλαξία με το A B C (Airway, Breathing, Circulation).

### A: Αεραγωγός

Ελέγξτε για οίδημα ή πρήξιμο στον αεραγωγό.

### B: Αναπνοή

Συριγμός ή επίμονος βήχας

### C: Κυκλοφορία

Υπόταση με ή χωρίς αλλαγές στο δέρμα και τους βλεννογόνους.

## 2. Κλήση βοήθειας

Καλέστε το συντομότερο για εξειδικευμένη βοήθεια στο 166 ή στο 112 εάν υποψιάζεστε ότι το θύμα έχει αναφυλαξία. Καθώς πρόκειται για μια οξεία και δυνητικά απειλητική για τη ζωή κατάσταση, το θύμα χρειάζεται άμεση ιατρική βοήθεια.

## 3. Αφαιρέστε ή σταματήστε την έκθεση στο αλλεργιογόνο

Εάν το άτομο έχει κάποια γνωστή αλλεργία ή αν εκτέθηκε σε γνωστό παράγοντα, απομακρύνετε τον ή απομακρύνετε το θύμα σε ασφαλή θέση που διακόπτει την έκθεση.





#### **4. Δώστε Πρώτες Βοήθειες χορηγώντας αδρεναλίνη**

Χορηγήστε αδρεναλίνη ενδομυϊκά στον πρόσθιο-πλάγιο μηρό το συντομότερο δυνατό. Η ένεση είναι σε προγεμισμένη σύριγγα. Εάν τα συμπτώματα της αναφυλαξίας δεν υποχωρήσουν μετά από 5 λεπτά από την πρώτη ένεση αδρεναλίνης ή, εάν τα συμπτώματα αρχίσουν να επανεμφανίζονται μετά την πρώτη δόση, χορηγήστε μια δεύτερη δόση με ενδομυϊκή ένεση.

#### **5. Υποστηρίξτε το θύμα με συμπληρωματικά μέσα**

Βεβαιωθείτε ότι ο ασθενής είναι ξαπλωμένος και μην του ζητήσετε να καθίσει ή να σηκωθεί απότομα. Ενδοφλέβια υγρά και άλλα φάρμακα ενδεχομένως αξιοποιηθούν από επαγγελματίες υγείας, μόλις η ιατρική βοήθεια είναι διαθέσιμη.

#### **6. Ετοιμότητα για ΚΑΡΠΑ**

Η καρδιακή ανακοπή σε ένα θύμα αναφυλαξίας πρέπει να αναγνωριστεί έγκαιρα μέσω της έλλειψης κανονικής αναπνοής. Εάν αυτό συμβεί, τότε το θύμα έχει πέσει σε ανακοπή και πρέπει να καλέστε για ιατρική βοήθεια, δηλώνοντας ότι το θύμα δεν αναπνέει. Μέχρι να έρθει το ασθενοφόρο κάντε καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση.





# #SaveLives



Every second counts.  
Learn First Aid.



**Athens Offices**

51 Samou St. & Fragkokklisias St.  
151 25 Maroussi, Athens, Greece  
**T:** +30 210 940 5866  
**E:** [info@gepgroup.gr](mailto:info@gepgroup.gr)

**Thessaloniki Offices**

115 Akadimou St.  
562 24 Evosmos, Thessaloniki, Greece  
**T:** +30 2310 686 070  
**E:** [thessaloniki@gepgroup.gr](mailto:thessaloniki@gepgroup.gr)



**gepgroup.gr**