

MEDICA

KWARTALNIK ZESPOŁU LEKARZY SPECJALISTÓW MEDICA | NR 1 / 2019

TEMAT NUMERU

NIEWYGODNY PROBLEM -

Hemoroidy

str.3

WZMACNIAMY ODPORNOŚĆ

str.7

INIEKCJE DOSTAWOWE

str.10

ZĄCMA - DOBÓR SOCZEWEK

str.11

ALERGIA - Rozwiązanie zagadki

str.17

MEDICA

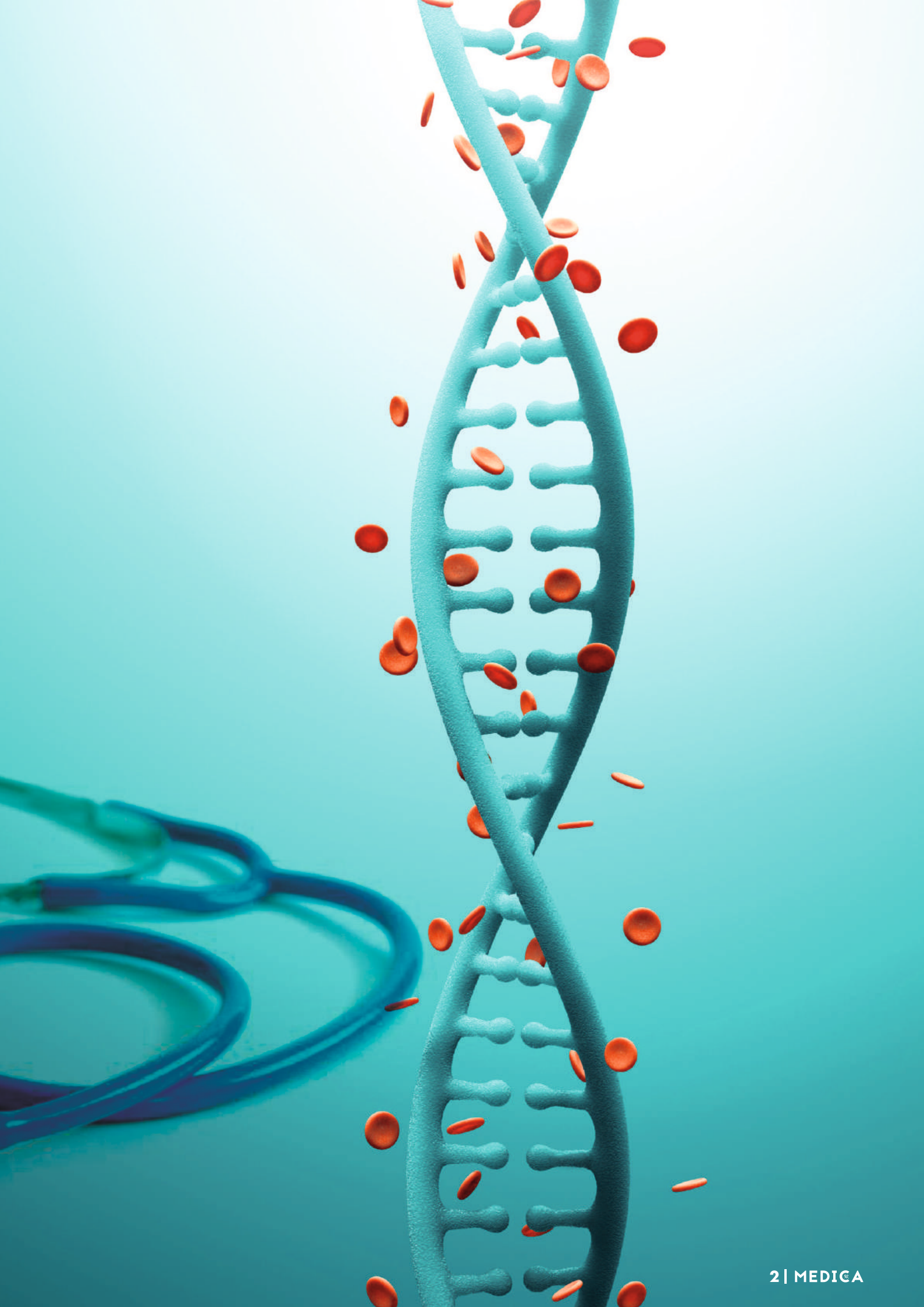
Szanowni Państwo

Weszliśmy w nowy rok 2019. Z tej okazji cały nasz zespół pragnie życzyć Państwu przede wszystkim spokoju i zdrowia, ale też garści nowych marzeń i wiary w ich spełnienie.

Pogoda za oknami oraz wzrost zachorowań, zmotywowały nas do napisania kilku zdań na temat odporności – jak ją wypracować i utrzymać. Uzyskamy również odpowiedź na nurtujące nas pytanie co było przyczyną reakcji alergicznej Zuzanny, której przypadek kliniczny opisaliśmy w poprzednim kwartalniku. Kontynuując wątek operacji zaćmy, przedstawimy szerokie spektrum soczewek, jakie dostępne są u nas w szpitalu oraz to w jaki sposób każda z nich zmienia odczucia widzenia po zabiegu. W końcu poruszymy „niewygodny” temat hemoroidów i walki z nimi, zarówno nieinwazyjnej jak i zabiegowej.

Życzymy miłej lektury

Zespół Lekarzy
Specjalistów MEDICA



hemoroidy. niewygodny problem

Co drugi dorosły Polak w pewnym momencie życia boryka się z niewygodnym problemem jakim są żylaki odbytu inaczej zwane hemoroidami. Jest to nadal temat wstydlivy dla większości osób, dlatego do lekarza trafiaamy dopiero w bardzo zaawansowanym stadium tej choroby. Hemoroidy są prawidłowymi strukturami anatomicznymi w kanale odbytu. O chorobie hemoroidalnej możemy mówić dopiero w sytuacji gdy aparat wieszadłowy utrzymujący je w odpowiednim miejscu ulega rozluźnieniu i guzki zaczynają krwawić i wypadać poza odbyt.

Czynniki sprzyjające powstaniu hemoroidów:

- siedzący tryb życia, brak ruchu;
- otyłość,
- ciąża i związane z nią zmiany hormonalne,
- niektóre zawody, czynności i aktywności fizyczne: kolarstwo, jazda konna, zawodowy kierowca (długie siedzenie w miejscu), przy komputerze;
- dieta uboga w błonnik i płyny,
- częste biegunki,
- przewlekła niewydolność krążenia,
- przebycie wielu porodów,
- seks analny.

OBJAWY:

- pojawienie się krwi w kale
- krwawienie z odbytu podczas wypróżniania się
- świąd lub ból okolic odbytu
- ból w czasie wypróżniania się
- wypadanie guzków poza odbyt



Czas ma znaczenie, również w przypadku hemoroidów. Im szybciej włączymy leczenie i wprowadzimy zmiany stylu życia, tym szybciej poradzimy sobie z niewygodnym problemem.

Odpowiednia dieta

Jak w przypadku większości dolegliwości układu pokarmowego odpowiednie odżywianie ma tu duże znaczenie. Jedną z najczęstszych przyczyn powstawania żylaków odbytu są zatwardzenia. Podstawą jest dieta bogata w błonnik (reguluje rytm wypróżnień) oraz w wodę, która jest niezbędna aby błonnik mógł spełnić swoją rolę. Warto zadbać również o kondycję naczyń krwionośnych, tutaj pomocne będą produkty bogate w rutynę, witaminę C, kwasy omega-3.

Wzbogaćmy dietę m.in. o:

- warzywa i owoce
- pełnoziarniste pieczywo
- ryż brązowy
- kaszę gryczaną, jęczmienną
- orzechy
- otręby pszenne
- płatki pszenne, owsiane, żytnie
- białą fasolę
- ryby morskie
- nasiona chia
- siemię lniane

**GDY DIETA
NIE
WYSTARCZA**

Przede wszystkim należy chorobę zdiagnozować. Powinniśmy wybrać się do proktologa lub gastroenterologa, który będzie mógł stwierdzić w jakiej fazie jest choroba i czy rzeczywiście są to hemoroidy a nie np. rak jelita grubego. Nie unikniemy w tym przypadku prawdopodobnie badania z zastosowaniem anoskopu lub kolonoskopu.

W pierwszych stadiach choroby ulgę mogą przynieść czopki lub maści dostępne w aptece bez recepty. Maść stosujemy zewnętrznie w momencie, gdy guzki wypadły poza odbyt. Jeżeli hemoroidy umiejscowiły się wewnątrz odbytu stosuje się czopki lub maść ze specjalnym aplikatorem umożliwiającym podanie leku doodbytniczo.

Zdarza się niestety, że dieta, ruch i lekarstwa nie są wystarczające. Wtedy z pomocą przychodzi lekarz proktolog bądź chirurg. Najbardziej powszechną metodą jest gumkowanie żyłaków – tzw. Metoda Barrona.

Metoda Barrona

Metoda Barrona znana jest od ponad 50 lat. Rozpropagował ją Barron w 1964 roku. Od tej pory każdy rok przynosi nowe metody mające na celu pozbycie się u pacjenta choroby hemoroidalnej. Guzki hemoroidalne próbowano koagulować laserem lub lampą na podczerwień, niszczyć za pomocą diatermii lub poddawać obliteracji (powodować w nich wykrzepianie) wstrzykując odpowiedni środek, czy nawet wymrażać.

Wszystkie te metody były porównywalne z mało inwazyjnym podwiązaniem guzków metodą Barrona. Za każdym razem jednak potwierdzano wyższość tej sprawdzonej od lat metody. Wyższość pod względem skuteczności, braku dolegliwości po zabiegu, a także ze względów ekonomicznych.

Zabiegi chirurgiczne są ostatecznością. Wykonuje się je tylko w zaawansowanym stadium choroby ze względu na wysoce agresywne leczenie operacyjne, które wyłącza pacjenta z normalnej aktywności życiowej na dwa miesiące i powoduje olbrzymie bóle bez gwarancji, że choroba się nie odnowi.



Terapia

B Metodą Barrona

W okresie 7 dni po zabiegu należy unikać intensywnego wysiłku, unikać noszenia dużych ciężarów. Czasami bezpośrednio po zabiegu (2- 3 dni) pacjent może odczuwać parcie na stolec, obecność ciała obcego w bańce odbytnicy, świąd, dyskomfort, a także może wystąpić niewielkie krwawienie. W pojedynczych przypadkach (wg. badań klinicznych u ok. 10% pacjentów) mogą pojawić się bóle o różnym nasileniu. W powyższym przypadku należy zastosować leki przeciwbólowe dostępne bez recepty (zalecane pochodne paracetamolu). Powyższe dolegliwości nie wyłączają pacjenta z normalnej, codziennej aktywności.

Kwalifikacja pacjenta do leczenia metodą Barrona, a także ilości koniecznych zabiegów zależy od wielkości, formy i stopnia zaawansowania choroby hemoroidalnej. Standardy metody przewidują kilka zabiegów (od 2 do 8) powtarzanych w odstępach 3- 4 tygodni. Na pierwszej wizycie lekarz może w przybliżeniu określić ilość niezbędnych zabiegów.



WZMACNIAMY ODPORNOŚĆ

*W walce
o odporność*

Okres od jesieni do wiosny to czas wzmożonych infekcji, w którym przed gabinetami lekarza gromadzi się tłum. Nasza produktywność spada, gdyż nawet najmniejsze przeziębienie wpływa na nasze samopoczucie, a choroby dzieci zobowiązują nas do pozostania w domu. Możemy starać się zapobiegać takim sytuacjom poprzez przestrzeganie kilku zasad, które pomogą wzmocnić nasz system odpornościowy.

Zanim wróg dostanie się do wnętrza organizmu musi pokonać bariery mechaniczne (skóra, rzęsy), chemiczne (niskie pH skóry, bakteriobójcze substancje zawarte w ślinie i łzach) oraz biologiczne (flora bakteryjna w układzie pokarmowym i moczowo-płciowym). Jeżeli bariery zostaną złamane do akcji wkroczy układ immunologiczny. Pierwsza linia obrony (powyżej opisane bariery oraz komórki żerne – fagocyty) stanowi odporność nieswoistą – wrodzoną, niewyspecjalizowaną broniącą nas szybko przed wszystkim będącym zagrożeniem dla organizmu. W efekcie pojawia się gorączka, ból, zaczerwienie, obrzęk – pierwsze objawy przeziębienia. Daje to czas jednostkom wyspecjalizowanym na rozpoznanie wroga i wkroczenie do akcji. Te wyspecjalizowane jednostki – przeciwciała, stanowią odporność swoistą organizmu. Jeżeli wcześniej mieliśmy już styczność z atakującym nas wirusem czy innym wrogiem odpowiedź jest bardzo szybka gdyż nasz organizm dysponuje wcześniej wyspecjalizowanymi jednostkami obrony i dzięki pamięci immunologicznej rozpoznaje wroga. Pamięć immunologiczna wykorzystywana jest również w szczepieniach kiedy to podajemy fragmenty drobnoustrojów i stymulujemy układ immunologiczny do wytworzenia przeciwciał oraz kodu rozpoznawczego.

Układ odpornościowy, inaczej układ immunologiczny staje się aktywny gdy nasz organizm atakowany jest przez wirusy, pasożyty czy bakterie ale także reaguje na uszkodzenia tkanek czy rozwijające się nowotwory. Białe krwinki – leukocyty, które są główną naszą linią obrony, znajdują się we wszystkich tkankach naszego ciała oraz w narządach układu limfatycznego takich jak szpik kostny, śledziona, węzły chłonne czy migdałki.

”

Układ odpornościowy jest niezwykle złożony i dlatego chcąc go wzmocnić musimy zadbać o każdy jego element.



1. Woda

Ogrzewanie pomieszczeń w okresie zimowo-wiosennym powoduje zmniejszenie wilgotności powietrza, a co za tym idzie wysuszeniu ulega nasza skóra i śluzówka. Wróg ma łatwiejszy dostęp do wnętrza naszego ciała poprzez pęknięcia w skórze oraz obniżone możliwości oczyszczania oczu z drobnoustrojów. Pijmy dużo wody aby wzmocnić te naturalne bariery. Stosujmy nawilżające kremy oraz krople do oczu, a w pomieszczeniach nawilżane powietrze.

2. Witamina D

W okresie zimowym brak jest wystarczającej ekspozycji na światło. Do wyprodukowania potrzebnej do poprawnego funkcjonowania ilości witaminy D należy przebywać na słońcu (od maja do początku września) co najmniej 15 minut, mieć odsłonięte przynajmniej 18% ciała i nie stosować filtrów. W zimie, w naszej szerokości geograficznej, promieniowanie UVB niezbędne do wytworzenia witaminy D w skórze jest zbyt słabe. Ważne dlatego jest przyjmowanie od 1000 do 4000 j.m. witaminy D dziennie. 90% osób ma niedobór tej witaminy pomimo zróżnicowanej diety.

3. Sen

Bardzo ważny element w trosce o nasze zdrowie. Ważna jest jego długość. Zaleca się od 6 do 8 godzin snu dla osoby dorosłej. Krótszy lub dłuższy sen podnosi ryzyko chorób układu krążenia. Równie istotna jest jakość snu. Nie powinien on być zakłócony czynnikami zewnętrznymi takimi jak np. odgłosy płynące z telewizora czy powiadomienia z telefonu komórkowego. Ostatnio naukowcy skłaniają się również ku stwierdzeniu, że bardzo ważną w higienie snu jest jego regularność, czyli wstawanie i budzenie się o podobnych porach. Odchodzi się od stwierdzenia, że sen można nadrobić w weekend, gdyż zaburza to całą naszą aktywność dobową i ma negatywny wpływ na nasz organizm.



4. Ruch

Niezbędny sprzymierzeniec naszego układu immunologicznego. Każdy z nas powinien przynajmniej 3 razy w tygodniu przez pół godziny wykonywać jakąś formę aktywności fizycznej, która podniesie tętno do 130 uderzeń na minutę. Tu umiar jest wskazany, ponieważ jak ze wszystkim również ze sportem można przesadzić. 30 minut dziennie spędzone na energicznym spacerze czy pływaniu wzmocni naszą odporność. Podczas zbyt intensywnych ćwiczeń wytwarza się kortyzol, który jest hormonem stresu, a jak wiemy stres w negatywny sposób wpływa na układ immunologiczny.

5. Dieta

Bogata w warzywa i owoce, które zawierają w dużych ilościach witaminę C, A, E np. szpinak, papryka czerwona, pomarańcze, truskawki, marchew. Od dawna znanym eliksirem na zdrowie jest też czosnek, a z bardziej egzotycznych przypraw imbir i kurkuma, które poleca się nawet pacjentom ze zmianami nowotworowymi. Pamiętać należy też o naturalnych probiotykach, które uregulują naszą florę bakteryjną w układzie pokarmowym. Zawarte są one m.in. w kiszonkach, fermentowanych napojach mlecznych czy kwasie chlebowym. Nie zapominajmy też o różnych herbatkach. Napary ziołowe z żeń-szenia, aloesu, wiesiołka dwuletniego czy czystka mają dobroczynny wpływ na nasze ciało mogą przyczynić się do podniesienia odporności, a nawet pomóc w niektórych chorobach.



6. Hartowanie

Wizyty w saunie mają dobroczynny wpływ na zdrowie. Podnoszenie temperatury ciała naprzemiennie z zimnym natryskiem hartuje organizm i sprzyja podnoszeniu odporności. Przy okazji tematu temperatur należy pamiętać o ubieraniu się stosownie do pogody. Tu szczególną uwagę należy zwrócić na przegrzanie i zbytne wychłodzenie organizmu. Ubierajmy się i nasze dzieci odpowiednio do pogody, dla mniejszych dzieci dobrą zasadą jest „jedna warstwa więcej niż dorosły”, starsze ubierajmy tak jak siebie. Widok dzieci w słoneczny, jesienny dzień ubranych w zimowe kombinezony i puchowe czapki zapowiada jedynie częstsze wizyty u lekarza, gdyż dziecko przegrzane szybciej zachoruje niż to, które poczuje lekki chłód.



INIEKCJE

DOSTAWOWE

POD KONTROLĄ USG

W codziennej praktyce lekarskiej spotykam na co dzień znaczną ilość pacjentów z chorobami tkanek miękkich. tzw. łokieć tenisisty, łokieć golfisty, kolano skoczka oraz wiele innych to bardzo popularne oraz dokuczliwe problemy utrudniające codzienne funkcjonowanie. Standardowym leczeniem jest rehabilitacja wraz z fizykoterapią. W przypadku ostrych dolegliwości lekarz może zalecić tzw blokadę, czyli podanie leku przeciwbólowego, przeciwzapalnego lub PRP w zmienioną chorobowo okolicę. Wykorzystując nowoczesny sprzęt medyczny, w tym wypadku aparat USG, możemy podać lek precyzyjnie pod kontrolą głowicy. Zmniejszamy w ten sposób możliwość powikłań oraz zwiększamy znacznie szansę, że preparat który podajemy trafi tam gdzie leży przyczyna dolegliwości bólowych. USG przydatne jest również w zmianach zwyrodnieniowych stawów. **Popularne iniekcje z kwasu hialuronowego, które łagodzą objawy choroby zwyrodnieniowej również można wykonywać pod kontrolą USG, minimalizując występujący czasami dyskomfort po podaniu leku.** Podsumowując iniekcja pod kontrolą USG pozwala uzyskać najwyższą możliwą skuteczność terapii oraz uniknąć działań niepożądanych, związanych z błędną lokalizacją podania leku. Wykorzystując w codziennej praktyce nowoczesne techniki iniekcyjne jesteśmy w stanie poprawić komfort pacjenta przy jednoczesnej poprawie jakości wykonywanych zabiegów.

lek. med. Andrzej Zalewski

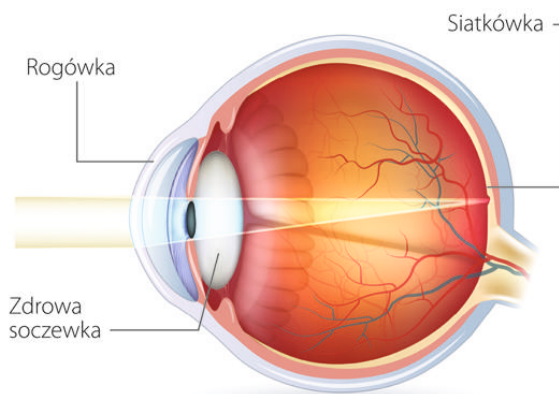


Jeżeli zmętnienie pogłębia się, operacja jest jedyną możliwością przywrócenia prawidłowego widzenia.

ZAĆMA Dobór soczewki

Zaćma to powolnie postępujący proces mętnienia naturalnej soczewki oka. Początkowo jest niezauważalna, z czasem sprawność wzroku słabnie, kolory blakną, najprostsze czynności życiowe sprawiają trudność, a zmiana okularów nie przynosi zamierzonego efektu. Ryzyko zachorowania na zaćmę rośnie wraz z wiekiem. Jednakże schorzenie coraz częściej pojawia się u osób młodszych.

Operacja usunięcia zaćmy



SCHEMAT BUDOWY OKA

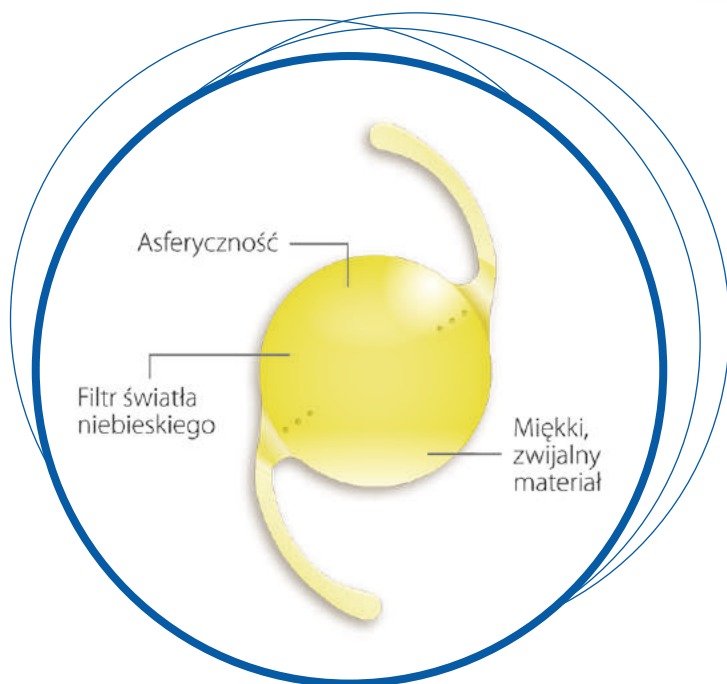
Dzięki postępowi techniki oraz odpowiednim soczewkom wewnątrzgałkowym pacjent może na nowo cieszyć się doskonałym widzeniem. Okulista podczas badania w prosty i bezbolesny sposób zdiagnozuje problem i skieruje na zabieg. Operacja usunięcia zaćmy powinna być przeprowadzona w jak najwcześniejszym stadium tego schorzenia.

Najskuteczniejszą, praktykowaną metodą leczenia jest zabieg usunięcia zmętniałej soczewki i zastąpienie jej sztuczną soczewką wewnątrzgałkową. Jest to bezbolesny zabieg przy miejscowym znieczuleniu. Na początek wykonuje się małe nacięcie rogówki, aby wprowadzić narzędzia chirurgiczne do gałki ocznej. Następnie zmętniała soczewka zostaje rozbita na małe kawałki i usunięta. W jej miejsca wprowadza się sztuczną nową soczewkę. Cała procedura trwa zazwyczaj do 30 min. Pacjent może tego samego dnia wrócić do domu, a proces gojenia wymaga jedynie kropli do oczu.



Rodzaje soczewek wewnątrzgałkowych:

Wszczepienie odpowiednich implantów wewnątrzgałkowych gwarantuje bezkonkurencyjną poprawę widzenia. Brak olśnień, odbłasków, a przede wszystkim przejrzysty obraz bez zamazanych elementów wzbo-



NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ ?

- ✓ jakość implantu - wybór producenta soczewek, którego doświadczenie gwarantuje pewność i bezpieczeństwo,
- ✓ optyka - doskonałe widzenie w każdych warunkach,
- ✓ korekcja wad wzroku - odpowiednie widzenie zarówno do blizy, jak i wyrównanie astygmatyzmu,
- ✓ asferyczność - optymalny kontrast, lepsza jakość widzenia,
- ✓ filtr żółty - dodatkowy filtr światła niebieskiego, który chroni siatkówkę



Widzę z zaciemą



Prawidłowe widzenie

RODZAJE SOCZEWEK STWORZONE Z MYŚLĄ O PACJENCIE

Soczewki jednoogniskowe (tradycyjne) są standardem podczas zabiegów w ramach kontraktu z NFZ.

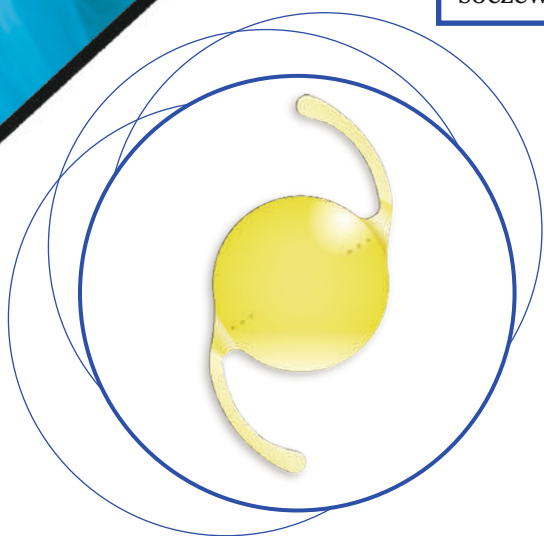
Po operacji zaćmy z tego rodzaju soczewką potrzebne będą dodatkowo okulary do blizy, czyli do czytania i pracy przy komputerze.

Soczewki tradycyjne zapewniają jedno ustalone ognisko, zwykle do postrzegania oddalonych obiektów. Pozwalają uzyskać dobre widzenie do dali, ale nie są zaprojektowane tak, aby przywrócić równocześnie widzenie do blizy oraz pośrednie.

Nasza placówka posiada szeroki wybór soczewek wewnątrzgałkowych firmy Hoya Surgical Optics

HOYA
SURGICAL OPTICS

Decydując się na lepszą soczewkę, a tym samym bardziej komfortowe widzenie niestety musimy ponieść koszt zabiegu wraz z wybraną soczewką. Zależnie od rodzaju wybranej soczewki koszt zabiegu operacyjnego usunięcia zaćmy (metodą fakoemulsyfikacji) w jednym oku zaczyna się od 2,5 tys. zł. plus koszt wybranej soczewki.



Vivinex iSert

Soczewki asferyczne, jednoogniskowe Hoya zaprojektowane są tak, aby zapewnić idealne poczucie kontrastu, dzięki czemu obraz jest wyraźny i barwny, niezależnie od warunków oświetlenia. Implanty wykonane są z materiału hydrofobowego, który zapobiega powstawaniu odbłasków powodujących dyskomfort.

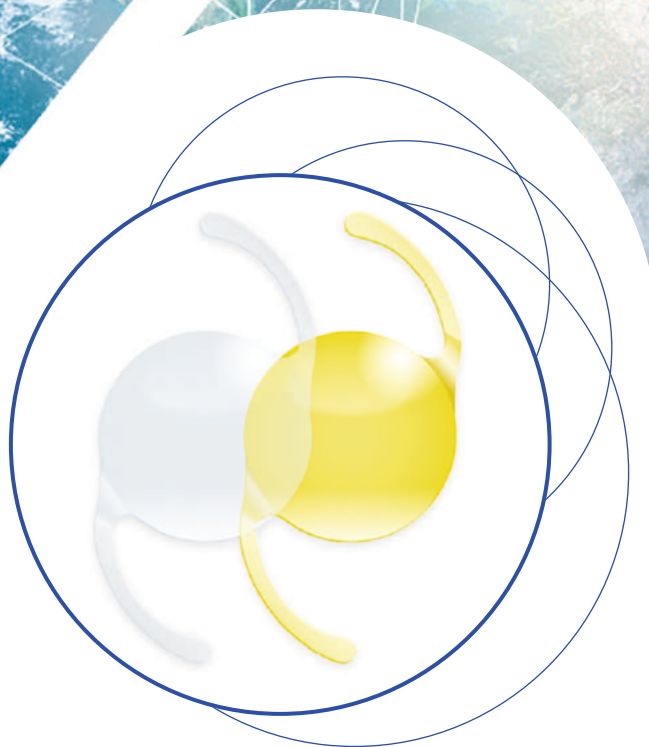
Asferyczna budowa optyki oraz opatentowany materiał hydrofobowy **Vivinex** gwarantują stabilność po implantacji, a także poprawiają jakość obrazu. Soczewki asferyczne zapewniają ostrość widzenia.



Soczewki o konstrukcji sferycznej (obraz rozmazany na peryferiach)



Soczewki o konstrukcji asferycznej (wyraźny obraz w centrum i na peryferiach)



Jeżeli wraz z diagnozą zaćmy został stwierdzony astygmatyzm, warto zapytać lekarza o soczewkę toryczną. Soczewki toryczne są dedykowane do korekcji astygmatyzmu. Ich unikalna budowa umożliwia skorygowanie wady, zapewniając doskonałą jakość i ostrość widzenia bez konieczności używania okularów cylindrycznych.

Astygmatyzm

Rodzaj wady wzroku spowodowany nieregularnym kształtem rogówki. Wada ta przyczynia się do zniekształcenia obrazu i niewyraźnego widzenia. Schorzenie to występuje u ok. 20% pacjentów ze zdiagnozowaną zaćmą.

Vivinex iSert XC1

(biała), XY1 (żółta z filtrem światła niebieskiego). Wykonane z opatentowanego materiału hydrofobowego Vivinex, który nie powoduje odbłasków. Soczewki załadowane do iniektora umożliwiają bezpieczną procedurę wszczepu.

Vivinex Toric XZ1A

(żółta z filtrem światła niebieskiego). Soczewka toryczna z optyką dwuwypukłą – przednią asferyczną, tylną toryczną. Budowa implantu umożliwia skorygowanie astygmatyzmu, co daje możliwość rezygnacji z okularów korekcyjnych.



Widzenie z soczewką standardową przy astygmatyzmie



Widzenie z soczewką toryczną korygującą astygmatyzm

Wybór soczewki	Do bliży	Do odległości pośrednich	Do dali	Astygmatyzm
Soczewka asferyczna NFZ				
Soczewka żółta z filtrem światła				
Soczewka toryczna				
Soczewka Multifokalna				
Soczewka Multifokalna Toryczna				

Dbając o komfort widzenia po zabiegu usunięcia zaćmy – skonsultuj z lekarzem, która soczewka wewnątrzgałkowa będzie dla Ciebie najlepsza.

PAMIĘTAJ!

Wybór soczewki wewnątrzgałkowej to wybór raz na całe życie. Zdecyduj, jak będziesz widział świat. Wybierz rozważnie!

Jak poprawnie przygotować się do badania USG brzucha czy układu moczowego?

1 Na 2-3 dni przed badaniem wskazane jest zażycie Ulgasin 240 mg – 1 kapsułkę wieczorem (Ulgasin dostępny w aptece bez recepty).

2 W przeddzień badania dieta lekkostrawna.

3 6 godzin przed badaniem nie jemy. Nie wskazane jest picie alkoholu, kawy, napojów gazowanych, palenie papierosów. Można pić wodę niegazowaną.

4 Podobnie należy przygotować się do badania USG naczyń nerkowych, żyły wrotnej, aorty, ginekologicznego przez powłoki brzuszne.

5 Do oceny pęcherza moczowego w tym prostaty u mężczyzn na godzinę przed badaniem należy wypić od 1 do 1.5l niegazowanego płynu. Przed badaniem nie można opróżniać pęcherza!

**CZ
ĘS
TO?
ZADAWANE
PYTANIA**

PONIEWAŻ BADANIA USG SĄ BADANIAMI PORÓWNAWCZYMI BARDZO WSKAZANE JEST WZIĘCIE ZE SOBĄ POPRZEDNICH BADAŃ JEST TO BARDZO POMOCNE PRZY OCENIE DYNAMIKI EWENTUALNYCH ZMIAN.



A L E R G I A



W poprzednim numerze przedstawiliśmy Państwu zagadkę alergologiczną. Dla tych, którzy nie mieli okazji przeczytać wcześniejszego kwartalnika przypominamy ją poniżej.



19-letnia Zuzanna uczy się do matury wraz z koleżanką.

Późnym wieczorem, około godziny 22:00, zjada talerz przygotowanej przez tatę chińskiej potrawy. Potrawa składa się z warzyw: marchewki, brokuła, cukinii, niewielkiej ilości pietruszki, soli i pieprzu oraz pasty pomidorowej. Warzywa duszone są w oleju. Po około 20 minutach występuje swędzenie w jamie ustnej, obrzęk wargi górnej, obrzęk obu górnych powiek, bąble pokrzywkowe z bardzo nasilonym świądem na skórze całego ciała.

Objawy utrzymują się około 5-6 godzin, mimo wizyty na SOR i podaniu leków.

Kolejny incydent występuje około miesiąc później. Tym razem Zuza uczy się u koleżanki. Podgrzały na oleju mieszanek mrożonych warzyw. 10 minut po zjedzeniu łyżki stołowej potrawy występuje kłopot z oddychaniem, obrzęk twarzy, powiek i obu warg. Kolejny pobyt na SOR. Pobyt 3-dniowy w Klinice Alergologii.

Mijają 2 miesiące, jest kwiecień, Zuza zjada kęs naleśnika z serem z patelni. Natychmiast występują objawy jak wcześniej. SOR, intensywne leczenie, bo matura za 3 dni.

Co było powodem dramatycznych reakcji u Zuzanny?

Marchewka? Cukinia ? Brokuły? Pietruszka ? A może biały ser?



Co okazało się być alergenem w opisanym przypadku klinicznym?



sezam



W Polsce obserwujemy je rzadko, ale kto wie....

Sezam był obecny w oleju.
Tata Zuzi używał oleju
sezamowego.

O dziwo u jej koleżanki też
stosuje się olej sezamowy.
Przyniosła nawet butelkę.
Produkowany we Francji.
Tłoczony na zimno.



UWAGA!

**Olej sezamowy
często zawarty
jest w kosmetykach.**



Według badań z 2015 roku, alergia na sezam dotyczy około 0,1 % dzieci. Występuje głównie w Kanadzie. Nie wiemy jak szybko ustępuje. Ale wg. badaczy z Izraela znika u około 30 % pacjentów.

Ziarna sezamu zawierają w 40-50% olej. Olej zawiera alergeny sezamu. Są nimi sezamol, sezamina, sezamolina i sezaminole.

Objawy alergii po spożyciu sezamu i oleju sezamowego mogą występować pod postacią zaburzeń żołądkowo-jelitowych, nagłego wodnistego kataru, uogólnionej pokrzywki, skurczu oskrzeli (astmy oskrzelowej) a nawet wstrząsu anafilaktycznego zagrażającego życiu.

Objawy kontaktowego zapalenia skóry są także możliwe.

Zgodnie z dyrektywą UE nr 1169/2011 istnieje obowiązek informowania konsumenta o nawet śladowych ilościach sezamu w sprzedawanych produktach.

Humus i chałwa są nam znane i jesteśmy świadomi występowania w nich sezamu.

Sezam zawierać mogą: ciastka, batony, musli, masła, sałatki, margaryny, mieszanki ziół, zupy, wędliny/parówki, sosy i inne. Sezam obecny może być też w maściach, lekach, kosmetykach, perfumach, mydłach, ekranach przeciwsłonecznych, produktach owadobójczych. Lista nie ma końca.

Dr n.med. Maria LISIECKA
specjalista alergologii II stopnia
specjalista pediatrii II stopnia



Następane alergologiczne gwarantki będę rade z Hitchcocka.

MEDICA "PO GODZINACH"

Prywatne dyżury lekarsko-pielęgniarskie dla dzieci i dorosłych

Zapewniamy stałą opiekę lekarską i pielęgniarską w godzinach:

Poniedziałek: 18:30 – 22:00

Piątek: 18:30 – 22:00

Sobota: 9:00 – 22:00

Godziny otwarcia w inne dni świąteczne, mogą być zmienne
aktualne informacje na www.medica.siedlce.pl

ZESPÓŁ LEKARZY SPECJALISTÓW MEDICA
ul. 3 Maja 3, 08-110 Siedlce

ZESPÓŁ CHIRURGII JEDNEGO DNIA MEDICA
ul. Brzeska 131, 08-110 Siedlce

tel. 25 644 74 00