

Жизнь с астмой и домашними животными

Почему домашние животные вызывают астму?¹⁻⁴

У людей с астмой воспалены дыхательные пути, которые чувствительны к некоторым провокаторам (триггерам), которые не беспокоят других людей. Вещества, вызывающие аллергию (аллергены) могут быть провокаторами приступа астмы. Если домашние животные являются спусковым крючком приступа, у вас, вероятно, аллергия на белки, содержащиеся в чешуйках кожи животного (перхоть), слюне, моче или мелких частицах птичьих перьев («перьевая пыль»). Прикосновение к этим аллергенам или их вдыхание вызывает чрезмерную реакцию вашей иммунной системы, что приводит к ухудшению симптомов астмы.

Источники аллергии^{3,5,6}

пыльца

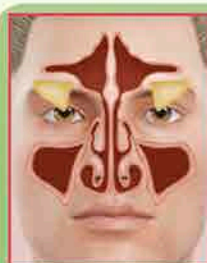
пылевые клещи

плесень

перхоть домашних животных

Аллергены могут быть источниками в школах, лабораториях, а также дома, поэтому приступ астмы может наступить в любой момент.

Симптомы⁷⁻⁹

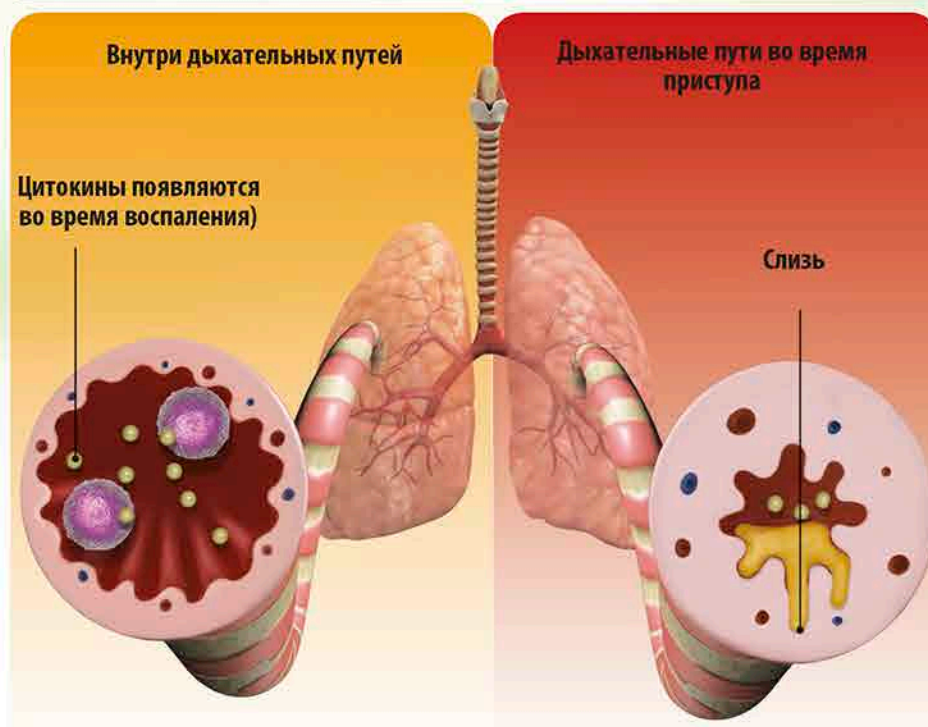


Воспаление носа (ринит)
Воспаление глаз (конъюнктивит)

Хрипы
Одышка
Тяжесть в груди, стеснение
Кашель



Что происходит?^{8,10,11}



Аллергическая астма – самая распространенная форма астмы. Во время приступа астмы дыхательные пути отекают, сужаются и выделяют больше слизи.

У вас аллергия на домашних животных?^{11,12,13}

Посмотрите на симптомы.

Посмотрите, почувствуете ли вы себя лучше после того, как разлучитесь с питомцем.

Пройдите тест на аллергию

В случае сомнений аллерголог может подтвердить подозрение на аллергию с помощью «кожной пробы» и /или анализа крови.

Антиген-специфический IgE

Раствор аллергена вводится под кожу

Положительная реакция: кожа становится красной и зудящей

Где могут быть аллергены домашних животных^{2,4,14}

Постельные принадлежности

Домашняя пыль

Одежда

Мягкая мебель

Ковры

Подстилка для животных

Как предотвратить? 1,6,9

Регулярно пылесосьте, если возможно, пылесосом с хорошим фильтром.



Мойте руки после прикосновений к животным



Если вы собираетесь контактировать с домашними животными, заранее примите лекарства.



Следите за тем, чтобы домашние животные не могли облизывать ваши руки или лицо.



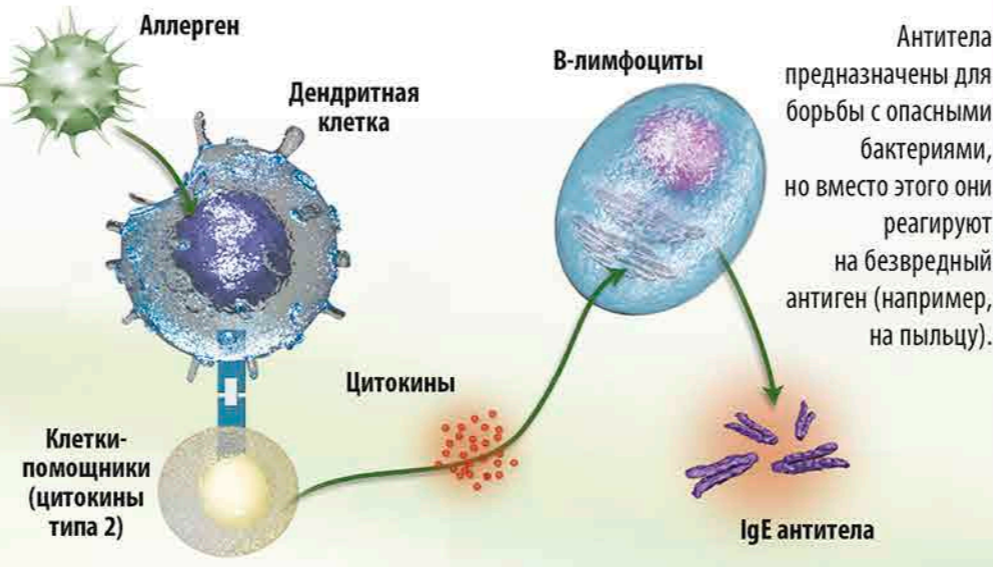
Выбирайте в качестве домашних животных рыб, лягушек, черепах, ящериц и змей, потому что они с меньшей вероятностью могут вызвать аллергическую реакцию.



То, что вы должны знать? 1,15,17

Аллергия на животных может появиться на любом этапе жизни. Даже если у вас было домашнее животное в детстве и вы не реагировали на него.

Первая причина: ваш организм вырабатывает антитела, которые распознают аллерген в будущем.



Аллергическая сенсibilизация



Развитие астмы

1. Animals and pets as asthma triggers. Asthma UK (updated 2020 Mar; cited 2021 Jan 21). Available from: <https://www.asthma.org.uk/advice/triggers/animals-and-pets/>. 2. Pet Allergy. ASCIA; 2019. 3. Your Guide to Managing Asthma. Asthma and Allergy Foundation of America; 2019. 4. Living Well With Asthma; Patient Education Guide. CHEST Foundation; 2016. 5. Asthma: Causes. NHS [reviewed 2018 Feb 19; cited 2021 Jan 21]. Available from: <https://www.nhs.uk/conditions/asthma/causes/>. 6. Cipriani F, et al. Allergen Avoidance in Allergic Asthma. Frontiers in Pediatrics; 2017. 7. Asthma: Symptoms. NHS [reviewed 2018 Feb 19; cited 2021 Jan 21]. Available from: <https://www.nhs.uk/conditions/asthma/symptoms/>. 8. GINA Patient Guide: You Can Control Your Asthma. Global Initiative for Asthma; 2020. 9. Tidy C. House Dust Mite and Pet Allergy. Patient; 2020. 10. Live well with asthma. Asthma UK; 2019. 11. Sun X, et al. Anti-inflammatory mechanisms of the novel cytokine interleukin-38 in allergic asthma. Cellular & Molecular Immunology; 2020. 12. Skin prick testing for the diagnosis of allergic disease. ASCIA; 2020. 13. Skin prick testing. Guy's and St Thomas' NHS Foundation Trust; 2018. 14. Dilley MA, Phipatanakul W. Environmental Control Measures for the Management of Atopy. Ann Allergy Asthma Immunol; 2017. 15. Sullivan AA, et al. Allergic Asthma: Symptoms and Treatment. World Allergy Organization; 2020. 16. Taher YA, et al. Allergen-specific subcutaneous immunotherapy in allergic asthma: immunologic mechanisms and improvement. Libyan J Med; 2010. 17. Murrison LB, et al. Environmental exposures and mechanisms in allergy and asthma development. J Clin Invest; 2019.

Что делать, если аллергия появилась, когда с вами уже живет питомец? 1,6,9

Не допускайте животных в спальню

Регулярно ухаживайте за животным, вычесывая его

Если ваш питомец живет в клетке, регулярно чистите ее. Попросите кого-нибудь, у кого нет аллергии, сделать это на улице; Избегайте использования опилок в клетке, так как это может вызвать приступ астмы.

Держите питомца в чистоте, часто мойте его.

Используйте в доме воздушные фильтры и пылесос.

Ароматы и запахи

Плесень

Табак

Вирусы

Бактерии

Аллергены пылевого клеща

Пыльца

Перхоть домашних животных