

Alergija na kikiriki

Odricanje odgovornosti: Ovaj informativni listić je samo u svrhu edukacije. Molimo posavjetujte se sa svojim ljekarom ili drugim zdravstvenim radnikom da biste bili sigurni da su te informacije tačne i za vaše dijete.

Šta je alergija na kikiriki?

Alergija na kikiriki je reakcija do koje dolazi ubrzo nakon uzimanja kikirikija ili njegovih proizvoda. Događa se zbog IgE alergenskih antitijela na proteine u kikirikiju.

Koliko je česta alergija na kikiriki?

Nedavna istraživanja su pokazala da u zapadnjačkom društvu oko 1 od 200 djece (0.5%) ispod 5 godina starosti ima reakciju na kikiriki. Ukupno oko 1 – 2% stanovništva ima kliničku reakciju na kikiriki. Oko 3% djece imaju pozitivan alergenski test na kikiriki (kao test uboda kože) ali samo kod 1/3 će doći do reakcije nakon konzumiranja kikirikija. Pojava alergije na kikiriki kod djece se u različitim zemljama znatno razlikuje. U Australiji postoji relativno česta pojava alergije na kikiriki. Ako vaše dijete ima pozitivan alergenski test, ali nikad nije jelo kikiriki, vaš ljekar će ustanoviti kolika je opasnost da dođe do reakcije ako pojede kikiriki ili proizvode koji ga sadrže.

Koji su simptomi alergije na kikiriki?

Većina alergičnih reakcija na kikiriki je blaga i sastoji se od koprivnjače oko usta, gdje je kikiriki došao u kontakt s kožom, ili šireg osipa na drugim dijelovima tijela. Drugi česti simptom je bol u stomaku i povraćanje, do kojeg dolazi ubrzo nakon konzumiranja proizvoda koji sadrži kikiriki. Kod osjetljivije djece se može pojaviti kašalj, soptanje, otežano disanje ili promuklost u glasu zbog alergične reakcije u dišnim putevima. U najtežim slučajevima može doći do kolapsa i gubitka svijesti. Veoma rijetko, krajnje osjetljivi pojedinci umru od teške alergične reakcije poznate kao anafilaksa.

Kako se postavlja dijagnoza alergije na kikiriki?

U većini slučajeva, alergija na kikiriki se vidi po pojavi simptoma ubrzo nakon konzumiranja proizvoda koji ga sadrži. Prisustvo IgE alergenskih antitijela na kikiriki se može utvrditi testiranjem alergije ubodom kože ili pretragama krvi (takozvani RAST test). Važno je znati da se simptomi nakon uzimanja proizvoda koji sadrže kikiriki neće pojaviti kod svakog djeteta koje ima pozitivan nalaz na alergijski test, pa o tumačenju nalaza treba da porazgovarate sa svojim ljekarom. U nekim slučajevima, može biti potrebno da se alergija na kikiriki potvrdi ili isključi bolničkim pretragama reakcije organizma na kikiriki. Ljekar vašeg djeteta će o tome s vama porazgovarati ako smatra da je to potrebno.

Kako mogu izbjeći da dijete uzima kikiriki?

Kikiriki nalazimo i u proizvodima u kojima ga ne očekujemo. Isplati se znati gdje to provjeriti. Važno je biti razborit i pažljivo čitati naljepnice na prehrambenim proizvodima.

Izbjegavajte hranu koja sadrži bilo koje od ovih sastojaka:

- Kikiriki, ljušteni i neljušteni, orašaste grickalice.
- Ulje od kikirikija – hladno prešano, iscijeđeno ili tiješteno (upamtite – arahis ulje je ulje od kikirikija). Visoko rafinirano ulje od kikirikija rijetko izaziva reakciju kod osoba alergičnih na kikiriki.
- Sve proizvode od kikirikija, npr. maslac od kikirikija.
- Sjeckani / mljeveni kikiriki – u sosovima ili kao premaz na prehrambenim proizvodima (kolači, peciva, sladoled), u sataj sosu i sosu od kikirikija.

Kad god je moguće, provjerite naljepnice na sljedećim vrstama hrane u kojoj bi kikiriki mogao biti jedan od sastojaka:

Kolači	Kebab	Hidrolisani proteini ili proteini od povrća
Keksi	Začin za salatu	(HVP i TVP obično soja)
Krekeri	Supe	Čokolade
Peciva	Sosovi za špagete	Zdrave mješavine, npr. rebra od žitarica (muesli bars)
Kineska jela	Tajlandska jela	Sladoled
Etnička jela	Turski rahatlokum	Marcipan
Indonežanska jela	Žitarice za doručak	Nugat

Da li je ulje od kikirikija opasno?

Kod alergije na kikiriki, problem je u proteinima, a ne u ulju (masnoći) u kikirikiju. Manje istraživanja su pokazala da rafinirano ulje od kikirikija nije opasno. Hladno prešano ulje od kikirikija sadrži proteine kikirikija i treba ga izbjegavati. Nažalost, često je teško garantovati da je neko ulje dovoljno rafinirano da se uklone svi tragovi proteina kikirikija. Često se preporuča izbjegavanje ulja od kikirikija, pogotovo osobama koje su imale teže i po život opasne alergijske reakcije.

Šta sa hranom na kojoj piše “može da sadrži tragove kikirikija”?

Na naljepnicama brojnih prehrambenih proizvoda piše “može da sadrži tragove kikirikija”. To obično znači da je taj proizvod pripremljen u pogonima gdje se proizvodi i hrana s kikirikijem, mada taj proizvod ne sadrži kikiriki. Sa svojim ljekarom se posavjetujte o takvim proizvodima.

Da li moje dijete treba izbjegavati druge orašaste plodove?

Djeca često mogu imati alergijsku reakciju na niz raznih vrsta orašastih plodova. Alergijski test ubodom kože često uključuje testiranje za različite orašćice. Zavisno o nalazima testa djeteta, te o vrsti reakcije i porodičnoj istoriji, vaš ljekar može preporučiti da vaše dijete izbjegava sve vrste orašćica. Važno je da o tome porazgovarate s djetetovim ljekarom. U proizvodnim pogonima, gdje se obrađuju razne vrste orašćica, može doći do zagađivanja. Obično je najsigurnije da se izbjegavaju sve vrste orašastih plodova.

Šta je EpiPen?

EpiPen je naprava kojom se u hitnim slučajevima ubrizgava doza adrenalina u mišić, odmah pod kožu. Koristi se kod teških reakcija na proizvode koji sadrže kikiriki. Doza adrenalina poništava tešku alergičnu reakciju i može spasiti život. Anapen je druga marka automatskog šprica s adrenalinom.

Da li moje dijete treba sa sobom nositi EpiPen?

Svi stručnjaci za alergije se slažu da djeca koja su pokazala tešku alergiju na kikiriki, uključujući poremećaj dišnih puteva, trebaju nositi EpiPen. Potreba druge djece da nose EpiPen zavisi o nizu faktora o kojima treba da porazgovarate s ljekarom. Ako imate EpiPen, veoma je važno da ga znate koristiti i da od svog doktora dobijete napisani Plan akcije u slučaju anafilakse.

Da li alergija na kikiriki mog djeteta može s vremenom nestati?

Kod većine djece (80%) koja su alergična na kikiriki ispod 5 godina starosti, alergija traje i kasnije u djetinjstvu. Međutim, kod 20% djece alergija s vremenom nestane. Kod djece koja su imala teže alergične reakcije, uključujući probleme s disanjem, vjerovatnost da će alergija nestati je mnogo manja nego kod djece s blagom reakcijom. **Vaš ljekar može ponekad ustanoviti da li je dijete i dalje alergično na kikiriki, tako da svakih 12 mjeseci ponovi testiranje alergije.**

Da li se alergija na kikiriki kod mog djeteta može vratiti i nakon što je nestala?

U gotovo svim slučajevima, kad alergija na kikiriki kod djeteta s vremenom nestane, više se ne vraća. Postoje rijetki slučajevi kad se alergija ponovo javlja. Smatra se da se alergija lakše vraća ako dijete, i nakon što alergija nestane, nastavi izbjegavati kikiriki i proizvode koji ga sadrže. Zbog toga vaš ljekar može preporučiti da vaše dijete nekoliko puta sedmično konzumira neke od proizvoda s kikirikijem.

Da li kod mog djeteta može doći do teške reakcije zbog površnog kontakta s proizvodima koji sadrže kikiriki, na klupi, preko ruku druge djece ili samo ako pomiriši kikiriki?

Ne. Teške reakcije od površnog kontakta su izrazito rijetke. Skorašnja istraživanja su pokazala da ako se koža djeteta namaže maslacem od kikirikija, to ne izaziva tešku reakciju kod grupe djece alergične na kikiriki.

Da li mogu spriječiti alergiju na kikiriki kod svoje buduće djece?

Ne postoji metoda koja garantuje da se kod djeteta neće razviti alergija na kikiriki. Nema dokaza da, ako majka tokom trudnoće ili dojenja izbjegava kikiriki i proizvode koji ga sadrže, time može spriječiti pojavu alergije na kikiriki kod beba. Postoji neka evidencija po kojoj kreme za kožu koje sadrže kikiriki možda povećavaju osjetljivost. Skorašnje publikacije sugerišu da ako se rano u djetinjstvu uključe prehrambeni proizvodi koji sadrže kikiriki, to može čak da zaštiti od pojave alergije.

Gdje na internetu mogu da nađem više informacija?

- Australijsko udruženje za kliničku imunologiju i alergije (Australian Society of Clinical Immunology and Allergy – ASCIA) ima vebsajt s korisnim informacijama o alergiji na hranu, koje pišu australijski specijalisti (www.allergy.org.au).
- Grupa za podršku pacijenata Anaphylaxis Australia nudi korisne najnovije informacije i savjete o postupcima kod alergije na hranu (www.allergyfacts.org.au).

Upamtite

- Pažljivo čitajte naljepnice na prehrambenim proizvodima i čuvajte se hrane bez naljepnica koja bi mogla da sadrži kikiriki.
- Ako imate EpiPen, veoma je važno da ga znate koristiti i da imate na pismeno Plan postupaka u slučaju anafilakse koji dobijete od svog ljekara.

Sastavilo Odjeljenje za alergije, imunologiju i zarazne bolesti, Dječja bolnica u Westmeadu.



Dječja bolnica u
Westmeadu
Telefon: (02) 9845 3585
Telefaks: (02) 9845 3562
<http://www.chw.edu.au/>



Dječja bolnica Sydney,
Randwick
Telefon: (02) 9382 1688
Telefaks: (02) 9382 1451
<http://www.sch.edu.au/>



Kaleidoskop, Mreža za zaštitu
dječjeg zdravlja u Hunteru
Telefon: (02) 4921 3670
Telefaks: (02) 4921 3599
www.kaleidoscope.org.au