**סיבות להופעותיה של אסתמה ברונכיאלית**

***מין וגיל***

מופיעה לעתים קרובות אצל נשים מאשר אצל גברים אך בילדים: אצל בנים עד גיל חמש מאשר אצל בנות.

כאשר לסימפונות ישנה רגישות לאלרגנים שונים הבאים מבחוץ, מהסביבה החיצונים. אלרגנים אלה נקראים אקזו-אלרגנים. דהיינו לאלרגנים חיצוניים.

רכיבים\ חומרים הנוצרים בקיבה עצמה, במערכת העיכול והגורמים לאסתמה ברונכיאלית נקראים אנדו-אלרגנים

מסתבר שהאסתמה מחולקת למספר סוגים, דבר שלא ידעתי.

1. ***אלרגנים אוויריים***-אלרגניים המגיעים לברונכים בתהליך הנשימה

אלרגנים שגרתיים כגון קרדית האבק, חלקיקי אבק מבגדים, מצעים, רהיטים, בע"ח

התקפי אסתמה ברונכיאלית נוצרים בגלל קרציות הנושאות בשם דרמאטופאגואידים (=Dermatophagoides) . שאורכם 0.3 מילימטר כמעט ובלתי נראים לעין בלתי מזויינת.

כל קרצייה כזו משאירה בלילה כ20 חלקיקי צואה-אלה הם אלרגנים אקטיביים שגודלם מהווה 5 מיקרומטר. חלקיקים כאלה מגיעים בקלות לצינורות הנשימה למערכת הנשימה של האדם בייחוד בפעולות פשוטות יומיומיות כגון סידור מצעים.

כתוצאה מכך מתרחשת אלרגיה לקרציות שמתאפיינות בהתקפי אסתמה ברונכיאלית בלילות.

ישנן אלרגיות ממקורות שונים כמו ***אלרגיה ללענה*** המתלווה ל לציטרוסים-תפוזים, דבש וחמניות

או ***אלרגיה לאבקת עץ האורן*** מתלווה ברגישות לתפוחים, אגסים, שזיפים, אפרסקים, תפוח אדמה, פלפל, חצילים וגזר.

אינני יודעת אם זה נכון אבל זה מאוד מעניין לגלות דקויות שכאלה על פתולוגיה שלכאורה תמיד נראתה לי פשוטה במבט ראשון ועל אחת כמה וכמה לא ידעתי שהיא יכולה להתחלק לסוגים רבים כל כך ושתופעות האלרגיה מתבטאות שונה תלוי כל מקרה לגופו.

מידע זה אם הוא רלוונטי בהחלט יכול לתרום בטיפול יעיל יותר בפציינט והבנת הפתולוגיה שלו באופן אובייקטיבי עבורו.

לכן אם לדוגמה יבוא אלי מטופל אז אני צריכה לברר קודם איזו סוג של אסתמה יש לו, לבקש בדיקות דם אחרונות כמו שהבאת לדוגמה בשיעור האחרון בדיבורך על טיפולנו בפציינטים.

לכן אם המטופל יאמר לי שיש לו רגישות לקרדית האבק שבסיסה למחלת האסתמה שלו, או לסירוגין זו אחת תופעות הלוואי. אז כמובן שאייעץ לו להימנע מווילונות בבית-הרי שהם כר לצבירת אבק, שימנע מכריות עם מילוי נוצות ובאופן כללי לניקיון בבית עד כמה שאפשר.

יתר על כן, אם אני מגלה שהוא גם רגיש אוכל כלשהו אז זה יהווה סיס לבניית התפריט שלו כי הרי תזונה משפיעה מאוד, במיוחד אם המטופל המדומיין סובל מעודף משקל אז הוא יצטרך שינוי תזונתי וגם שינוי באורח חיים. לגרום לו למוטיבציה לעשיית ספורט או כל פעילות שהוא אוהב. לדוגמה אם אוהב הוא ריקודים סלוניים ואז אדחוף אותו לנקוט במעשה ושהוא ואישתו אפילו ירשמו יחדיו לפעילות זו. במקרה שכזה, המטופל ישלב בין דברים שהוא אוהב לשינויים הנחוצים לו לאורח בריא יותר.

אם למטופל ***אלרגיה אפידרמלית***- שזה קשקשים ופרוות בעלי חיים, נוצות ציפורים, קשקשי דגים ואחרים אלרגנים הנמצאים ברוק, צואה ושתן של בעלי חיים.

1. ***אלרגנים ממקור חרקים***

אל האלרגנים האלה משתייכים לרוק של חרקים העוקצים כמו מעטפות, רקמות והפרשות שלהם.

בספר נאמר שאם בן אדם רגיש לסוג אחד של חרקים אז ככל הנראה תתפתח אצלו ראקציה גם לסוגי חרקים אחרים לפחות בתחומי קלסיפיקציה מאותה המשפחה -האמנם? יכול להיות. נראה הגיוני שתופעה אחת גוררת תופעה אחרת. ככל הנראה זה גם עם פתולוגיות. נראה לי לירון שציינת באחד השעורים שאנשים שבאים אליך עם פתולוגיה כלשהי אז ככל הנראה שיהיו להם פתולוגיות נוספות שבמקרים מסוים התפתחו מהפתולוגיה הראשונית

בנוסף, נאמר כי אסתמה היא פתולוגיה פסיכו-סומטית. ז"א מתפתחת על רקע נפשי? משמעו שהיה טריגר כלשהו שהפעיל את המחלה או גרם לסימפטומים הראשוניים? טראומה פסיכולוגית או בעיות בחיים האישיים או מה לדוגמה? המנח פסיכוסומטי לגבי מחלה איננו כל כך מובן לי.

התקף אסתמה ברונכיאלית עלול לנבוע מעקיצת דבורה ושהוכח בשנים האחרונות אפילו התפתחות אלרגיה לתיקנים הנמצאים ברוק, בצואה וברקמות של החרק הזה.

1. ***אלרגנים ממקור תזונתי***

אחת הסיבות לאסתמה ברונכיאלית מהווה אלרגיה תזונתית כלשהי שנפגשת רק ב2-6% מאוכלוסיית הגיל הרך. מצרכים שונים עלולים להוות אלרגנים כמו חלב פרה, דג (בייחוד מהזנים האדומים), דבש, חלמון, חיטה ומוצריה, שעועית, עגבניות, תותים, שוקולד, קפה.

תוספות מאכל: צבעי טעם וריח למיניהם.

מביאים דגש בספר שלאו דווקא האלרגנים התזונתיים הם אלה שמביאים להחמרת אסתמה ברונכיאלית אלא דווקא הרכיבים הכימיים שאותם מזונות מכילים כמו היסטמין וסרוטונין. או לסולפיטים ומטאביסולפיטים שנוספים למצרכים על מנת למנוע התקלקלותם.

1. ***אלרגנים ממקור תרופתי***

כל תרופה או תוצר של הפיכתו הכימית במערכת החיסון עלולה להביא לתגובה אלרגית. תרופות ותצורותיהן מהוות בדרך כלל הפתנים אשר במולקולה של החומר נמצאת דטרמיננטה אנטיגנית הגורמת לייצור מוגבר של נוגדנים.

אזורים שכאלה של המולקולות יכולים להסתבר כזהים בתרופות שונות ולכן הם נקראים מגיבים-דטרמיננטים. התפתחות ריאקציה אלרגית לתרופה כלשהי יכולה לגרום להצטלבות של ריאקציה אלרגית בהקשר לתרופה\חומר אחר בעל דטרמיננטה דומה. בקרב תרופות בעלות מכנה משותף של אנטיגנים דטרמיננטיים כמו נובוקאין, סולפנילאמידים, תרופות המורידות סוכר בדם כמו בוטאמיד, בוקארבאן, תרופות משתנות כגון הידרוכלורותיאזיד (Hydrochlorothiazide) ועוד. כמו כן, תרפות שנעשות בהן שימוש בפסיכיאטריה, תרופות נוגדות דיכאון, אנטי-היסטמינים: דימדרול, סופרסטין, אטמוזין.

למיטב זיכרוני דיברנו בכיתה גם על תרופות כמו אספירין, אנאלגין, אמידופירין, אינדומטצין שמדובר עליהם בספר כעל תרופות שעלולות להביא לנזק. לדוגמה להביא את המטופל להתקפי חנק, משנים את מערכת החומצה האראכידונית שמהווה מקור לקשרים כימיים המשפיעים על דרכי הברונכים (=סימפונות). דיברנו על תרופות כמו אספירין שעשויות להזיק לגוף לטווח הארוך בשימוש על בסיס קבוע. (אני בעצמי רגישה לתרופת הנורופן שגורמת לי לסוג של התקף אלרגיה)

לדוגמה, אספירין המתערב בחילוף הפרוסטוגלדינים מייצר פחות מאותם חומרים אשר עונים על הרחבת הסימפונות וגורמים יותר לכיווצם. ריאקציה דומה נגרמת ע"י צבע המאכל הצהוב טרטרזין ומלח של חומצה בנזואית.

1. ***אלרגנים ממקור אינפקציה, ממקור זיהומי***

אליהם משתייכים בקטריות-חיידקים, פטריות, וירוסים. סוגי מחלה שונים מקורם בזיהומים בדרכי הנשימה: האף, תעלות האף, אוזניים, לוע, טרכאה, ברונכים.

זיהומים כרוניים עשויים להביא לרגישות יתר ופגיעה במערכת חיסון והגברת סינתזת אימונוגלובינים.

וירוסים רבים גורמים לאלרגיה זיהומית. לעיתים תכופות יותר מה שגורם להתפתחות אסתמה ברונכיאלית הוא נגיף נשימתי סינסיציאלי אנושי-hRSV (=Human respiratory syncytial virus) אשר גורם לברונכיטיס כרוני וברונכיאוליט. אלה וירוסים אשר ביכולתם להזיק לתאי האפיתל של הסמפונות אשר מתחילים לייצר חומרים אקטיביים ביולוגיים הפוגמים בדרכי\בפתחי הסמפונות

זיהום חיידקי בפרט פנאומוקוק, סטרפטוקוק (=נקד משורשר), מקל גמופילי, כלמידיה שנמצאים ברוב המקרים אצל חולי אסתמה ברונכיאלית. באופן ישיר הם לא אלה שגורמים לריאקציה אלרגית, אבל כמו הווירוסים הם עשויים לפגום בשכבה הרירית של הסימפונות, מה שבתורו מעודד ייצור חומרים ביולוגיים פעילים, אשר ברבים מהם מסוגלים למשוך תאים זיהומיים, כמו גם להיות הגורם לכיווץ הסמפונות. בנוסף,\ אנטיגנים זיהומיים מפעילים את המערכת החיסונית עם ייצור אימונוגלובינים מסוג E, המשתתפים בריאקציות\תגובות אלרגיות.

תהליכים אלרגיים יכולים להיגרם גם מפטריות. תלוי סוג הפטרייה, לפטריות אשר ישנה רגישות מוגברת נראים מקרים בהם ישנה אסתמה ברונכיאלית עונתית מוגברת. כך, אלרגיה לפטריות מסוג קנדידה לעיתים קרובות יותר מתפתחות בבקיץ או בתחילת הסתיו. אלרגיה לפטריות מסוג פניצילינום ואספרגילוס (Penicillinum and Aspergillus) תלויים לא בתקופה עונתית אלא מריכוזם באוויר.

כמובן שבספר מובאים עוד נושאים מעניינים אחרים כגון אסתמה לסוגיה: "אסתמה אספירינית", "אסתמה לילית" אסתמה ברונכיאלית ממקור וירוס, דיאגנוסטיקה של אסתמה ועוד.

הדברים שהבאתי ביומן הקריאה מהווים חלקיק זעיר ממה שסופר בספר, רציתי להביא טעימה בשביל להמחיש כמה שהחומר עניין אותי וכמה דברים חידש לי. לא חשבתי שכל כך אוהב לקרוא ספר על אסתמה.

המינוס היחיד, כלומר החיסרון היחיד והמהותי ביותר שלפי כותרת הספר, היו אמורים להציג דרכי טיפול חדשניות-מה שלא פגשתי בספר. מה שמאכזב בספר זה שבסופו מביאים הצעות לטיפול תרופתי באסתמה, אין המלצה של תרופות מסוימות אלה באופן כללי ממליצים על נטילתם של תרופות חזקות למשך תקופות מסוימות.

הרי אם המחלה היא פסיכוסומטית אז הייתי מצפה לראות בספר הצעה לטיפול קוגניטיבי-פסיכולוגי, טיפול תזונתי כלשהו, אך את הדברים האלה לא פגשתי בספר וכאשר הייתי בציפייה לקתרזיס בדמותם של "מתודות טיפול חדשניות" ומה שקראתי בסופו של דבר זה טיפול תרופתי קונבנציונלי.

מקורות עזר

ספר ריפוי אסתמה ברונכיאלית

<http://e-libra.su/read/213158-lechenie-bronxialnoj-astmy.-novejshie-medicinskie-metodiki.html>

טיפול קוגניטיבי

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%98%D7%99%D7%A4%D7%95%D7%9C_%D7%A7%D7%95%D7%92%D7%A0%D7%99%D7%98%D7%99%D7%91%D7%99>

סוגי פטריות

<https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%8B_%D0%B3%D1%80%D0%B8%D0%B1%D0%BE%D0%B2>

אפיתל

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%90%D7%A4%D7%99%D7%AA%D7%9C>

ברונכיאוליט

<https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%8E%D1%89%D0%B8%D0%B9_%D0%B1%D1%80%D0%BE%D0%BD%D1%85%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D1%82>

וירוס נשימתי סינסיציאלי אנושי

<https://he.wikipedia.org/wiki/Human_respiratory_syncytial_virus>

תרופות נוגדות דיכאון

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%AA%D7%A8%D7%95%D7%A4%D7%95%D7%AA_%D7%A0%D7%95%D7%92%D7%93%D7%95%D7%AA_%D7%93%D7%99%D7%9B%D7%90%D7%95%D7%9F>

הידרוכלורותיאזיד

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%94%D7%99%D7%93%D7%A8%D7%95%D7%9B%D7%9C%D7%95%D7%A8%D7%95%D7%AA%D7%99%D7%90%D7%96%D7%99%D7%93>

נוגדן אימונוגלובולין

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%A0%D7%95%D7%92%D7%93%D7%9F>

דטרמיננטה

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%93%D7%98%D7%A8%D7%9E%D7%99%D7%A0%D7%A0%D7%98%D7%94>

הפטן-מולקולה המעוררת תגובה חיסונית בגוף

[https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%94%D7%A4%D7%98%D7%9F\_(%D7%91%D7%99%D7%95%D7%9C%D7%95%D7%92%D7%99%D7%94)](https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%94%D7%A4%D7%98%D7%9F_%28%D7%91%D7%99%D7%95%D7%9C%D7%95%D7%92%D7%99%D7%94%29)

זהירות אנטיביוטיקה-סימן אזהרה כתום

<https://vitacell.com.ua/%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BD%D0%BE-%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B8%D0%B1%D0%B8%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8.html>

כלמידיה

<https://he.wikipedia.org/wiki/%D7%9B%D7%9C%D7%9E%D7%99%D7%93%D7%99%D7%94>

סטרפטוקוקוס

<https://he.wikipedia.org/wiki/Streptococcus>

מקל המואופילי

<https://en.wikipedia.org/wiki/Haemophilus_influenzae>