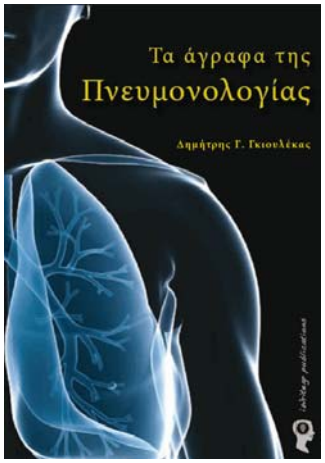
Άσθμα από Ακάρεα και οικιακή σκόνη *

(*) Αποσπάσματα από το Βιβλίο «Τα άγραφα της Πνευμονολογίας», όπου θα βρείτε περισσότερα για τα ακάρεα.



Οικιακά ακάρεα

Η αλλεργία στα ακάρεα της οικιακής σκόνης αποτελεί την πιο συχνή αιτία αλλεργικού άσθματος με ολοετή συμπτώματα. Σε μελέτη που έγινε στην περιοχή της Θεσσαλονίκης από την Πνευμονολογική Κλινική του ΑΠΘ, ανακαλύφθηκαν 16 είδη ακάρεων στα στρώματα και τα χαλιά ασθενών με βρογχικό άσθμα. Ωστόσο, δύο είναι τα συχνότερα είδη ακάρεων που προκαλούν βρογχικό άσθμα: το Dermatophagoides Pteronyssinus και το Dermatophagoides Farinae. Τα ακάρεα της οικιακής σκόνης τρέφονται κυρίως από ανθρώπινα και ζωικά επιθήλια. Η ανάπτυξή τους ευνοείται από τις συνθήκες του οικιακού χώρου. Έτσι, ανευρίσκονται πολύ συχνά στα στρώματα, στα μαξιλάρια, στα κλινοσκεπάσματα και στα υλικά κατασκευής των επίπλων. Ασθενείς με ευαισθησία στην οικιακή σκόνη παρουσιάζουν παροξυσμούς το βράδυ, όταν καθαρίζουν κουβέρτες και χαλιά, το σαββατοκύριακο που μένουν σπίτι και στην αρχή του χειμώνα.

***Βασικές γνώσεις για τα ακάρεα και τη* οικιακή σκόνη**

Οι πιο συνηθισμένες αιτίες που προκαλούν αλλεργίες οικιακής προέλευσης είναι η σκόνη με τα ακάρεα, η μούχλα, κάποιες χημικές ουσίες και το τρίχωμα των κατοικίδιων ζώων. Τα ακάρεα αποτελούν μια ευρύτατα διαδεδομένη ομάδα αρθροπόδων, τα οποία δεν φαίνονται με γυμνό μάτι. Τα ακάρεα που συναντούμε μέσα στις κατοικίες ονομάζονται «ακάρεα της οικιακής σκόνης» (house dust mites) και τα κυρίαρχα είδη είναι το Dermatophagoides pteronyssinus και το Dermatophagoides farinae. Αυτοί οι μικροσκοπικοί οκτάποδοι οργανισμοί έχουν μήκος 1/3 mm και τρέφονται με νεκρά ανθρώπινα κύτταρα και την πιτυρίδα που απορρίπτει το σώμα μας, ενώ η σκόνη του σπιτιού είναι το ιδανικό περιβάλλον για τη διαβίωσή τους.

Τα ακάρεα ζουν κυρίως στα στρώματα, στα χαλιά, στις ταπετσαρίες επίπλων και ευδοκιμούν σε υγρές και θερμές συνθήκες. Τρέφονται από τα επιθήλια (λέπια και τρίχες) της ανθρώπινης επιδερμίδας και των ζώων που καθημερινά αποπίπτουν από

την επιφάνεια του σώματος. Τα απορρίμματα των ακάρεων είναι η κυριότερη ουσία που βρίσκεται στη σκόνη σπιτιού και προκαλεί την αλλεργική αντίδραση. Κάθε άκαρι παράγει 20 κομμάτια τέτοιων απορριμμάτων τη μέρα τα οποία συνεχίζουν να προκαλούν αλλεργικά συμπτώματα ακόμα και μετά το θάνατο των ακάρεων.

Ακάρεα σπιτιού ως αλλεργιογόνα

Η αλλεργία στα ακάρεα της οικιακής σκόνης αποτελεί την πιο συχνή αιτία αλλεργικού άσθματος με ολοετή συμπτώματα. Σε μελέτη που έγινε στην περιοχή της Θεσσαλονίκης από την Πνευμονολογική Κλινική του ΑΠΘ, ανακαλύφθηκαν 16 είδη ακάρεων στα στρώματα και τα χαλιά ασθενών με βρογχικό άσθμα. Ωστόσο, δύο είναι τα συχνότερα είδη ακάρεων που προκαλούν βρογχικό άσθμα: το Dermatophagoides Pteronyssinus και το Dermatophagoides Farinae. Τα ακάρεα της οικιακής σκόνης τρέφονται κυρίως από ανθρώπινα και ζωικά επιθήλια. Η ανάπτυξή τους ευνοείται από τις συνθήκες του οικιακού χώρου. Έτσι, ανευρίσκονται πολύ συχνά στα στρώματα, στα μαξιλάρια, στα κλινοσκεπάσματα και στα υλικά κατασκευής των επίπλων. Ασθενείς με ευαισθησία στην οικιακή σκόνη παρουσιάζουν παροξυσμούς το βράδυ, όταν καθαρίζουν κουβέρτες και χαλιά, το σαββατοκύριακο που μένουν σπίτι και στην αρχή του χειμώνα.

Η αλλεργία στη σκόνη σπιτιού είναι πολύ σημαντική και η πιο συχνή αιτία αλλεργικών συμπτωμάτων. Αν ελαχιστοποιηθεί η έκθεση ενός αλλεργικού ατόμου στη σκόνη του σπιτιού, ελαττώνονται ή εξαλείφονται και τα συμπτώματα του ατόμου. Από τις παρακάτω πληροφορίες θα σας περιγράψουν αυτόν τον τρόπο.

Εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο υποφέρουν από τις «σπιτικές» αλλεργίες που εμφανίζονται ως παθήσεις χρόνιες που απαιτούν μακρόχρονες και πολυέξοδες θεραπείες. Οι κυριότερες από αυτές τις παθήσεις είναι η επιπεφυκίτιδα(ερεθισμένα μάτια), η αλλεργική ρινίτιδα, το αλλεργικό άσθμα και η αλλεργική κνίδωση(δερματίτιδα με εξανθήματα).

Που ζουν τα ακάρεα

Τα ακάρεα ζουν κυρίως στα στρώματα, στα μαξιλάρια και στα παπλώματα μέσα στην κρεβατοκάμαρα, όπου δημιουργείται και ειδικό μικροκλίμα με κατάλληλες συνθήκες θερμοκρασίας, υγρασίας και τροφής για την ανάπτυξή τους. Ακάρεα ανευρίσκονται επίσης στις κουβέρτες, στα χαλιά, βελέντζες, μοκέτες και σε άλλα παραπλήσια είδη.

Θερμοκρασία 20-30oC και σχετική υγρασία 65-80% στο περιβάλλον του σπιτιού σε συνδυασμό με άλλα κατάλληλα στοιχεία του σπιτιού όπως στρώματα, παπλώματα και μαξιλάρια που περιέχουν μαλλί, βάτα, πούπουλα ή ακόμη και βαμβάκι αποτελούν ιδανικές συνθήκες για την ανάπτυξή τους και την εύκολη αναπαραγωγή τους. Αντίθετα δύσκολα αναπτύσσονται σε συνθετικά γεμίσματα και σε υλικά από αφρολέξ.

Το θηλυκό άκαρι γεννάει 25-50 αυγά κάθε 3 εβδομάδες. Είναι εύκολο λοιπόν να καταλάβουμε γιατί τα στρώματα και τα άλλα σχετικά υλικά περιέχουν μεγάλο αριθμό ζωντανών και νεκρών ακάρεων

Λεπτομερείς μελέτες και έρευνες σε αλλεργικούς ασθενείς έδειξαν ότι παίρνοντας μέτρα για την ελάττωση των ακάρεων στην κρεβατοκάμαρα οδηγεί σε ελάττωση των αλλεργικών συμπτωμάτων και φυσικά και στην ελάττωση των χρησιμοποιούμενων φαρμάκων. Η έμφαση και η μεγάλη προσοχή πρέπει να δοθεί στο υπνοδωμάτιο καθώς ο άνθρωπος περνά μέσα σ’ αυτό το 1/3 ή και περισσότερο χρόνο στο 24ωρο. Το υπνοδωμάτιο όμως είναι και ο χώρος με τα περισσότερα ακάρεα.