

# Dráždivý problém

**Náhle svrbivé vyrážky môžete dostať aj z chladnej vody či cestovania autom. Kedy zbystríť pozornosť?**

TEXT Dáša Balogová  
FOTO Shutterstock

**O**bjavili sa vám niekedy na koži z ničoho nič svrbivé vyrážky pripomínajúce poprhlenie a nemali ste poňatie, z čoho? V medicíne existuje prípad muža, ktorý sa vyhádzal potom, ako začal hrať na trúbke. Ako neskôr vysvitlo – z vibrácií, ktoré nástroj pri hre vydával. Ide o zriedkavý prejav jedného z viacerých typov ochorenia urtikária. Tento typ môže mať tie najbanálnejšie spúšťače – beh, tlieskanie, drsný uterák, hrboľatá cesta autom či dokonca chrápanie. Vyrážky sa vytvoria, keď imunitné bunky, mastocyty, uvoľnia histamín, zvyčajne ako alergickú odpoveď. Vedci z National Institutes of Health v štúdiu uverejnenej v New England Journal of Medicine však predpokladali, že tieto bunky môžu byť citlivé aj na fyzické otrasy. „Dokonca aj u ľudí bez vibračnej urtikárie sa

**Náš odborník**



► MUDr. PETER KOZUB, PhD.  
dermatovenerológ

**Približne 20% pacientov má prejavy  
10 až 20 rokov a malá časť pacientov  
dokonca viac ako 25 rokov.**

uvolní histamín ako odpoveď na chvenie. Nie však dosť silno na to, aby sa objavila žihľavka," hovorí doktor Hirsh Komarow z NIH Laboratory of Allergic Disease, vedúci výskumníkov, ktorí objavili aj gén, ktorý túto vzácnu mutáciu spôsobuje – ADGRE2.

### Hľadanie spúšťača

„Urtikária je ochorenie prejavujúce sa tvorbou svrbivých urtik, žihľaviek, na tele. Okrem toho môže byť prítomný opuch, a to najmä v oblasti pier, viečok, rúk či chodidiel," vysvetľuje Peter Kozub, primár Dermatovenerologickej

kliniky fakultnej nemocnice s poliklinikou v Nových Zámkoch. Približne 15-25 percent ľudí prekonalo žihľavku počas svojho života najmenej raz. Názov urtikária dostala podľa vzhľadu pripomínajúceho reakciu po kontakte so žihľavou – po latinsky urtica dioica. „Existuje mnoho spúšťacích faktorov. Najčastejšie sú to lieky, potraviny a rôzne infekcie. Tieto vieme väčšinou odstrániť. Vynecháme podozrivý liek, vyhýbame sa podozrivej potravine, preliečime infekť. Ide o akútnu urtikáriu. Vyvolávače chronickej urtikárie, ktorá trvá viac ako 6 týždňov, môžu byť známe – teplo, tlak, chlad, námaha, slnko, trenie či

### ZDRAVÁ RADA

**Prvá pomoc na žihľavku sú voľnopredajné lieky s obsahom histamínu na vnútorné použitie alebo prípravky na vonkajšie použitie. Opuch a svrbenie pomôže zmierniť extrakt z mentolu alebo levandule. Ak žihľavka neustúpi do 7 dní, navštívte lekára.**

vibrácie, ale ťažko odstrániteľné. Za niektorými prípadmi chronickej urtikárie sú systémové či nádorové ochorenia. Mnohokrát sa však príčina nenájde. Vtedy hovoríme o chronickej spontánnej urtikárii," ozrejmuje lekár.

### Vyššie 20 rokov

Nie každá vyrážka, ktorú si objavíte na tele, musí byť žihľavka. „Príznakmi urtikárie sú svrbivé žihľavky



NMH220877/03



# PSILO-BALSAM®

## RÝCHLO ZMIERNI SVRBenIE A BOLEŠŤ

PO UŠTIPNUTÍ | PRI ŽIHĽAVKE | PO POPÁLENÍ | PRI OVČÍCH KIAHŇACH

**PSILO-BALSAM® gél** je kožné antihistaminikum a anestetikum vo forme priehľadného chladivého gélu. Účinne zmierňuje svrbenie pokožky a má lokálne anestetický účinok, ktorý spôsobuje miestne znecitlivenie kože a prispieva tak k celkovému zmierneniu príznakov.





Opuch so svrbením pripomínajúci popôhlenie sa môže opakovane objavovať aj niekoľko rokov.

## Je to alergია?

Spúšťačom žihľavky môže byť alergická reakcia – vyvolaná kontaktom alergénu so špecifickými protilátkami IgE, IgG alebo IgM, pseudoalergická alebo iná. Podľa toho sa dá rozdeliť na žihľavku alergickú, toxickú, fyzikálnu, podmienenú enzýmovými defektmi, autoimunitnú, psychosociálnu, nealergickú, kontaktnú alebo idiopatickú bez známej príčiny.

### AKO DLHO?

#### ► akútna žihľavka

– zmizne do 24 hodín

#### ► recidivujúca žihľavka

– pravidelne opakujúca sa tvorba pupencov, menej ako 6 týždňov

#### ► chronická žihľavka

– dlhšie ako 6 týždňov

Takto môže dopadnúť ruka, ktorú ste ponorili do studenej vody, alebo mali vyloženú na okienku v idúcom aute.

**Za niektorými prípadmi chronickej urtikárie sú systémové či nádorové ochorenia. Mnohokrát sa však príčina nenájde.**

a opuch. Väčšinou len žihľavky. Sú ľudia, ktorí majú len zopár urtik dní denne, ale i takí, ktorí ich majú aj viac ako 50,“ opisuje lekár. Pupence môžu merať niekoľko milimetrov, ale aj splyvať do väčších máp. „Urtiky sprevádza svrbenie rôznej intenzity. Ak nie sú súčasťou iného vážneho ochorenia, miznú zvyčajne do 24 hodín a zjavujú sa zase na inom mieste, tvoria sa stále nové a nové,“ konkrétnuje doktor Kozub. Zjaviť sa môžu na dlhšie, no aj prestať samy od seba. „Chronická spontánna urtikária pretrváva rôzne dlho, ale je veľká pravdepodobnosť, že raz vymizne. V polovici prípadov ochorenie ustúpi do 6 mesiacov. Približne 20 percent pacientov má prejavy 10 až 20 rokov a malá časť pacientov dokonca viac ako 25 rokov,“ dodáva odborník.

### Bioliečba

Urtikária je nepríjemná na pohľad, no hlavne urputným dráždením kože. „Najmä svrbenie je obmedzujúce. Lie-

čiť sa treba predovšetkým pre zvládnutie tohto príznakového obdobia. Aj keď príčinu chronickej spontánnej urtikárie nepoznáme, dokážeme ju liečiť,“ upokojuje lekár, že pomoc existuje. „Ak nezaberajú nesedatívne antihistaminiká v bežných ani maximálnych dávkach, máte nárok na biologickú liečbu. Po vyplnení dotazníka UAS7 a základných odberoch sa vypíše žiadosť, ktorú poisťovňa obratom schvaľuje. Jeden cyklus biologickej liečby trvá šesť mesiacov. Väčšina pacientov je bez príznakov už do pár dní od začatia liečby. Po ukončení cyklu sa čaká, či sa urtiky vrátia. Ak áno, začne sa druhý cyklus. Väčšina pacientov však už ďalší cyklus nepotrebuje,“ má dobré správy doktor Kozub. Ak liečbu odkladáte, alebo sa príliš dlho spoliehate, že problém sa stratí, zrejme na to doplatíte. „Chronická spontánna urtikária výrazne znižuje kvalitu života. Môže spôsobovať nespavosť a z toho vyplývajúcu únavu, ktorá ovplyvňuje pozornosť v škole alebo v práci. Neustále škriabanie zas niekedy budí dojem, že ide o infekčné ochorenie,“ upozorňuje lekár. Navyše chrasty sa naozaj zdrojom infekcie môžu stať. Trvalé jazvy však nehrozia. 2

### NAJČASTEJŠIE SPÚŠŤAČE:

- baktérie
- vírusy
- mykózy
- parazity
- antibiotiká
- orechy
- mlieko
- arašidy
- vajcia
- zeler
- paradajky
- morské ryby
- poštípanie hmyzom
- slnko
- tlak
- teplo
- chlad
- vibrácie

