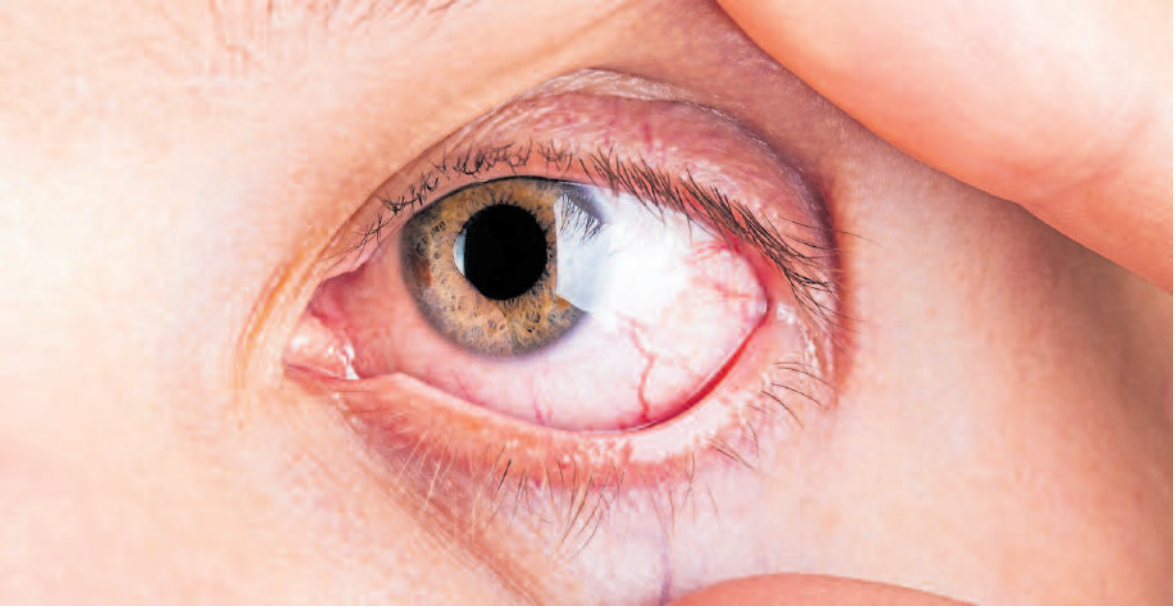

ಅಲರ್ಜಿ ಇತ್ತು. ಅದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಧಕ್ಕಿಂತ ಜಾಸ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ವಯಸ್ಕರಾದ ಮೇಲೆಯೇ ಅವರಲ್ಲಿ ಅಲರ್ಜಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡದ್ದು ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಮೇಲಿನ ಅಂಕಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಭಾರತದಂತಹ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇರಬಹುದು ಅಷ್ಟೇ.

● ಅಲರ್ಜಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲ

ಹಾಗೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಅಲರ್ಜಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಕಾರಣ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ಅಂತಹ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ದೂರವಿರುವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಮೂಗಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಶೀತದಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಡೀ ಕಂಜೆಸ್ಟೆಂಟ್ ಔಷಧಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಆ್ಯಂಟಿ ಹಿಸ್ಟಮೀನ್ ಅಥವಾ ಸ್ಟೀರಾಯ್ಡ್‌ಗಳ ನೇಸಲ್ ಸ್ಪ್ರೇಗಳು ಅನುಕೂಲವಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತೊಂದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದರೆ ಇಮ್ಯುನೋಥೆರಪಿ. ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಯಾವ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ ಇದೆಯೋ ಆ ವಸ್ತುವನ್ನೇ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆರಂಭಿಸಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪ್ರಮಾಣ ಜಾಸ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದು. ಇದು ದೇಹದ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಅಲರ್ಜಿ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಅದು 'ಬ್ಲಾಕಿಂಗ್ ಆಂಟಿಬಾಡಿ' ಎಂಬ ವಸ್ತುವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಆ ವಸ್ತುವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದಾಗ ಅಥವಾ ಅದರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಅಲರ್ಜಿ ಲಕ್ಷಣಗಳು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.

● ಆಹಾರದ ಅಲರ್ಜಿ ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಅಸಹಿಷ್ಣುತೆ (Intolerance) ಎರಡೂ ಒಂದೇ: ಇದು ವಾಸ್ತವ ಅಲ್ಲ. ಅವೆರೆಡೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯೇ. ಆಹಾರದ ಅಲರ್ಜಿ ಎಂದರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು. ಹಾಗಾದಾಗ IgE ಅಥವಾ ಇಮ್ಯುನೊಗ್ಲಾಬ್ಯುಲಿನ್ E ಕಾರ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಅಂದರೆ ಮಾಸ್ಟ್ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಮತ್ತು ಬೇಸೋಫಿಲ್ಸ್‌ಗಳ ರೆಸೆಪ್ಟಾರ್‌ಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆ ನಂತರ ಈ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಹಿಸ್ಟಮೀನ್ ಮತ್ತಿತರ ಸಂಯುಕ್ತಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತವೆ. ಪರಿಣಾಮ ಎಂದರೆ ಅಲರ್ಜಿಯ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು ಬಹಳ ಬೇಗ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಆಹಾರ ಅಸಹಿಷ್ಣುತೆಯು ದೇಹದ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು ಅಲ್ಲ. ಇದರಲ್ಲಿ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ತುಂಬಾ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಸಹಿಷ್ಣುತೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಕ್ಕೇ ಮಾರಕವಾಗುವ ಹಂತ ಅಂತ ಯಾವಾಗಲೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆಹಾರದ ಅಲರ್ಜಿಯು ಆ ಹಂತಕ್ಕೂ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಹೋಗಬಹುದು.

● ಅಲರ್ಜಿ ಜೀವಮಾನವಿಡೀ ಇರುತ್ತದೆ

ಇದು ಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯವಲ್ಲ. ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಅಲರ್ಜಿಗಳು ಜೀವಮಾನವಿಡೀ ಇರಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಅಲರ್ಜಿಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಮಾಯವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತವೆ. ಯಾವುದು ಈ ರೀತಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಸ್ತುವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಆಹಾರದ ಅಲರ್ಜಿಗಳಾದ ಹಾಲು, ಮೊಟ್ಟೆ, ಸಾಯ್, ಗೋಧಿ, ಕಡಲೆಕಾಯಿ, ಮರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಕೆಲವು ಕಾಯಿಗಳಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ, ಮೀನು, ಶೆಲ್ ಫಿಶ್‌ಗಳ ಅಲರ್ಜಿ ಇವುಗಳು ಮಾತ್ರ ಜೀವಮಾನವಿಡೀ ಇರುವಂತಾದ್ದು.

● ಶೀತ, ನೆಗಡಿ ಮತ್ತು ಅಲರ್ಜಿ ಇವೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ

ಮೂಗು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ನೀರು ಬರುವುದು ಈ ತರಹದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಎರಡರಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ ಅವೆರೆಡೂ ಒಂದೇ ಅಲ್ಲ. ವೈರಸ್‌ಗೆ ಪ್ರತಿರೋಧ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಶೀತ, ನೆಗಡಿಯ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅಲರ್ಜಿ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಅಲರ್ಜಿ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಎಂದರೆ ಶೀತ ನೆಗಡಿಯು ಒಂದೆರಡು ವಾರ ಇರಬಹುದು, ಅಲರ್ಜಿಯು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಮಾನಪರ್ಯಂತ ಇರುತ್ತದೆ.

● ಬೆಕ್ಕು, ನಾಯಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಅಲರ್ಜಿ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಬ್ರೀಡ್‌ಗಳಿವೆ

ಸಾಕು ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸಾಕುವ ಹಲವರು ಬೆಕ್ಕು, ನಾಯಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಅಲರ್ಜಿ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಜಾತಿ ಅಥವಾ ಬ್ರೀಡ್‌ಗಳಿವೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ಅದರರ್ಥ ಅವು ಅಲರ್ಜಿ ಉಂಟುಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು. ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ. ತಜ್ಞರ ಪ್ರಕಾರ ಅಂತಹ ವಿಶೇಷ ಬ್ರೀಡ್‌ಗಳಾವುವೂ ಇಲ್ಲ.

● ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಇರುವುದರಿಂದ ಅಲರ್ಜಿಯ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ

ಈ ತರಹದ ನಂಬಿಕೆ ಹಲವು ಪ್ರಾಣಿ ಸಾಕಿದವರಲ್ಲಿ ಇದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಸತ್ಯವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಜೊತೆ ಸಾಂಗತ್ಯ ಹೊಂದುತ್ತಾ ಹೋದ ಹಾಗೆ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ ಇರದಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೂ ಸಹಿತ ಕ್ರಮೇಣ ಅಲರ್ಜಿ ಹೊಂದಬಹುದು. ಅಲರ್ಜಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಇಮ್ಯುನೋಥೆರಪಿ ಅಥವಾ 'ಆ್ಯಂಟಿ ಅಲರ್ಜಿ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್'ಗಳನ್ನು ಕೊಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಅಲರ್ಜಿ ತಜ್ಞರ ಮೇಲುಸ್ತುವಾರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಜಾಸ್ತಿಮಾಡುತ್ತಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸಣ್ಣದಾಗಿರುವಾಗ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಸಾಕಿದ್ದರೆ ಅವರು ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

● ಅಲರ್ಜಿ ತುಂಬಾ ಗಂಭೀರವಾದ ವಿಚಾರವಲ್ಲ

ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಲ್ಲಿ ಅಲರ್ಜಿ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ 'ಅನಾಫಿಲಾಕ್ಸಿಸ್' ಎಂಬ ಗಂಭೀರವಾದ ಹಂತಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆಲೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಮರಣವೂ ಬರಬಹುದು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಪ್ರಮಾಣದ 'ಹಿಸ್ಟಮೀನ್' ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಉರಿಯೂತ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದರೆ ಉಸಿರಾಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗುವುದು, ದಮ್ಮು ಕಟ್ಟುವುದು, ದಿಢೀರ್ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ಬೇಧಿ, ಕಾಲು, ಕೈಗಳು, ತುಟಿ, ಕಣ್ಣಿನ ಭಾಗ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನನಾಂಗಗಳು ಊದಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣವೇ ತೀವ್ರ ಪ್ರಮಾಣದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಲೇಖಕರು ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ನೇತ್ರವೈದ್ಯರು
ಸಂಪರ್ಕ: 9448173670