АЛЛЕРГЕН-СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ИММУНОТЕРАПИЯ (АСИТ)



Как пользоваться справочником

У Вашего ребёнка аллергия, и поэтому доктор назначил ему аллерген-специфическую иммунотерапию. Для краткости будем называть её просто АСИТ. Этот справочник поможет Вам не только лучше понять, что такое аллергия и как она влияет на Вашего рёбенка, но и разобраться, **почему АСИТ способна обеспечить долгосрочное решение проблемы**.

Этот справочник предназначен только для Вас. Ребёнок получит свою собственную книжку, которая называется «Моя книга об аллергии». Она поможет ему понять, что такое аллергия, как её можно лечить и как рассказать близким о своём самочувствии. Мы хотим, чтобы Ваш ребёнок чувствовал себя **хозяином положения**, чтобы он знал симптомы аллергии и понимал, как на них реагировать. При совместном использовании эти материалы помогут Вам и Вашему ребёнку **держать аллергию под контролем**.

Помните: чтобы лечение оказалось эффективным, Вам нужно помочь ребёнку соблюдать режим лечения в течение назначенного срока. **У Вас всё получится!**

При возникновении вопросов записывайте их в разделе **«Примечания»** в конце справочника и задавайте при встрече врачу.

Что я могу сделать, чтобы помочь ребёнку?

Поговорите с ним о лечении.
Воспользуйтесь информацией, которую узнали из этого справочника и из его книги об аллергии.

Объясните, как важно набраться терпения.
Очень важно, чтобы ребёнок понял: терпение и спокойное отношение к терапии позволят ему хорошо себя чувствовать в будущем.

Знайте, что аллергия может влиять на ребёнка как физически, так и эмоционально.
Всячески помогайте ребёнку и поддерживайте его во время прохождения терапии.

Превратите терапию в привычку.
Важно, чтобы ребёнок воспринимал терапию как что-то обычное: как завтрак или ночной сон.

Обсудите с врачом необходимое количество препарата на курс лечения.

Что значит «респираторная аллергия»?



Слово «аллергия» происходит от греческого слова **ἄλλος**, то есть «другой», «отличающийся» или «странный». Оно подразумевает изменения в организме, происходящие в ответ на **безвредное** вещество, которое организм воспринимает как **вредоносное**. Организм человека с аллергией избыточно реагирует на безвредные вещества, пытаясь от них избавиться. Если аллергию вызывают вещества, которые распространяются с воздухом, такую аллергию называют **респираторной**.



Какие бывают аллергены?



Иммунная система Вашего ребёнка может посчитать вредоносными самые разные вещества: пыльцу трав, деревьев или частички клещей домашней пыли. Эти вещества часто разносятся по воздуху и могут вызывать избыточную реакцию организма. Большинство этих аллергенов нельзя увидеть невооружённым глазом.

Клещи домашней пыли

Пылевые клещи — один из аллергенов, распространённых в наших домах, школах и офисах. Клещам особенно нравятся кровати, диваны, мягкая мебель, поэтому нужно прилагать все усилия, чтобы наши дома были безопасными и гипоаллергенными. Поскольку пылевые клещи — это живые существа, обитающие рядом с нами, аллергия на них может сохраняться круглый год. Такая аллергия называется «круглогодичной».

Пыльца

Аллергию может вызывать пыльца, которая распространяется по воздуху. Обычно пыльцу выделяют деревья (например, берёза) и травы. Тяжесть пыльцевой аллергии зависит от концентрации пыльцы в воздухе, которая, в свою очередь, зависит от сезона цветения деревьев и трав. Поэтому аллергические реакции на пыльцу называют «сезонными», круглогодичное течение для них нехарактерно. Некоторые люди с аллергией на пыльцу деревьев также испытывают зуд во рту, отёчность, першение при употреблении в пищу некоторых продуктов (например, яблок, моркови, орехов). Это состояние получило название «оральный аллергический синдром».



Что чувствует ребёнок при аллергии?

Вы уже знакомы с частыми симптомами аллергии, такими как насморк, заложенность носа, чихание, кашель, першение в горле и покраснение глаз. Это обычные симптомы аллергии. Тем не менее аллергические реакции могут быть сильнее.

Аллергические реакции могут существенно влиять на качество жизни ребёнка

Важно не упускать из виду симптомы, которые способны влиять на ребёнка не столь очевидным образом. Многие дети смущаются, если в школе им постоянно приходится бороться с насморком. Они стесняются общаться с другими детьми и чувствуют себя одиноко. Часто дети переживают из-за того, что вынуждены постоянно носить с собой лекарства: на школьные экскурсии, в походы, на праздники.

Постоянная потребность в препаратах для симптоматического лечения так или иначе ухудшает качество жизни ребёнка. Если у него заложен нос, он может плохо спать ночью, что на следующий день обернётся усталостью и снижением внимания. Недостаток сна и отсутствие контроля симптомов мешают сосредоточиться, что, в свою очередь, плохо влияет на успеваемость в школе.

Важно всегда говорить с ребёнком, осторожно расспрашивать его, чтобы убедиться, что он рассказывает обо всех симптомах аллергии, а не только о тех, которые и так заметны.

Познакомьтесь с инструментами и методиками, описанными в книге для ребёнка. Это поможет Вам лучше понять, что чувствует ребёнок.



Ограничение контакта с аллергеном

Когда Вы впервые предположили, что у Вашего ребёнка аллергия, возможно, врач посоветовал Вам избегать того, что вызывает аллергию. Это действительно полезный механизм защиты независимо от того, какое лечение получает ребёнок. Но вот выполнить это условие не всегда просто...

В случае с круглогодичной аллергией, например на клещей домашней пыли, необходимость изменений в быту очевидна — и Вы, конечно, воплотите их в жизнь без промедления. Иногда помогают снижение влажности в помещении, частая влажная уборка, уборка пылесосом, стирка вещей при высокой температуре, использование гипоаллергенных постельных принадлежностей.

В случае сезонных аллергических реакций ограничение пребывания на улице может оказаться полезным — но, увы, не слишком приятным. Мы же не хотим, чтобы дети росли в страхе перед природой и окружающим миром.

Нужно найти решение проблемы, которое даст долгосрочный результат. Именно для этого была разработана аллерген-специфическая иммунотерапия.

Что такое «препараты для симптоматического лечения»?

Если у ребёнка проявились симптомы аллергии, Вы, вероятно, попытаетесь облегчить его состояние с помощью препаратов для симптоматического лечения. Наверное, Вы уже знаете об антигистаминных средствах, поскольку они обеспечивают эффективное краткосрочное облегчение симптомов аллергии.

Тем не менее важно помнить, что препараты для симптоматического лечения применяют **реактивно**, то есть в ответ на развитие симптомов заболевания. **Они эффективны в качестве ответа на какой-либо симптом или на ухудшение симптома, но они не устраняют основную причину заболевания**. Это всё равно что вытирать пол на кухне, пока кран ещё течёт! В действительности же нужно, чтобы лекарство полностью устраняло проблему. Именно этого и помогает достичь АСИТ.



Контроль детской аллергии — крайне важная задача

Что такое «аллергический марш»?

Важно помнить, что развитие аллергии у ребёнка — это сложный процесс. **Единого пути развития аллергии не существует**.

Для проявления большинства аллергических реакций у детей требуется время. **Поэтому гиперчувствительность у некоторых детей развивается по мере того, как они становятся старше. Хотя таким же образом гиперчувствительность может и исчезать!**

Риск того, что у ребёнка с наличием одной формы гиперчувствительности разовьётся другая, иногда называют «**аллергическим маршем**». Давайте подробнее рассмотрим, как проявляется «аллергический марш» у детей.



У ребёнка может развиться **экзема**, также известная как атопический дерматит. Это длительно текущее состояние, при котором кожа краснеет, зудит и становится сухой в ответ на раздражитель или вещество, присутствующее в окружающей среде. Чаще всего экзема наблюдается у новорождённых и детей младшего дошкольного возраста. Она указывает на наличие избыточной реакции организма на какое-то вещество.

Гиперчувствительность у детей может либо пройти, либо усугубиться, приведя к развитию аллергии на определённые продукты, такие как яйца, молоко или арахис. Это также указывает на избыточную реактивность иммунной системы ребёнка на какой-то продукт.

«Аллергического марша» можно избежать

У одних детей аллергические состояния могут сохраняться на протяжении нескольких лет без прогрессирования, тогда как у других по мере взросления аллергические состояния могут меняться. Как бы то ни было, действовать нужно незамедлительно, чтобы снизить риск возникновения серьёзных последствий.



Развитие гиперчувствительности к аллергенам, которые мы вдыхаем, требует немного больше времени, поэтому реакции на такие аллергены, как клещи домашней пыли или пыльца, часто возникают у ребёнка в школьные годы.

Как АСИТ может помочь при «аллергическом марше»

АСИТ снижает риск развития дополнительной чувствительности к другим аллергенам. Также терапия снижает риск развития астмы, ослабляет её симптомы и уменьшает потребность в препаратах для лечения астмы у пациентов, у которых она уже диагностирована.



Дети с аллергическим ринитом подвержены повышенному риску развития астмы. Как мы знаем, астма является серьёзным заболеванием, которое может сопровождать ребёнка на протяжении всей жизни.



Что такое АСИТ и как она действует?

Действие АСИТ заключается в снижении чувствительности организма ребёнка по отношению к аллергену, который вызывает избыточную реакцию его иммунной системы. **Она подразумевает многократный приём этого аллергена с постепенным безопасным повышением доз для достижения уровня, который лучше всего подходит именно Вашему ребёнку.** Со временем это помогает выработать толерантность к аллергену, и организм больше не будет избыточно на него реагировать. В книге об аллергии мы изобразили АСИТ как процесс, при котором иммунная система и аллерген становятся друзьями, вместо того чтобы представлять аллерген чем-то вредоносным.

Чем АСИТ отличается от препаратов для симптоматического лечения?

Мы уже говорили, что препараты для симптоматического лечения эффективно облегчают симптомы аллергии, но не решают главную проблему. **АСИТ — это единственный вариант лечения, который изменяет реакцию иммунной системы Вашего ребёнка на вещество, вызывающее аллергию.** Это долгосрочное и проактивное решение.

Почему врач назначил нам АСИТ?

Исследования показали, что помимо снижения степени тяжести симптомов аллергии АСИТ также уменьшает потребление препаратов для симптоматического лечения. Это значит, что Вашему ребёнку может не понадобиться такое большое количество препаратов и при этом он будет чувствовать себя лучше.

Доказано, что АСИТ повышает качество жизни: Ваш ребёнок почувствует себя лучше. Также терапия снижает риск развития астмы, ослабляет её симптомы и уменьшает потребность в препаратах для лечения астмы у пациентов, у которых она уже диагностирована.

При назначении АСИТ врач даст Вашему ребёнку книгу, которая называется «Моя книга об аллергии». Она поможет ему лучше понять, что такое аллергия и как её контролировать. Цель этой книги заключается в том, чтобы помочь ребёнку в описании своих симптомов и ощущений. Также она поможет ребёнку понять, что терапия улучшит его самочувствие, если он будет продолжать приём препарата в течение нужного времени.



Сталораль®: всё, что нужно знать перед началом лечения

Что такое Сталораль®?

Сталораль® представляет собой жидкую форму препарата для АСИТ. **Обширные исследования препарата Сталораль® доказали, что он эффективен при лечении детей с аллергическим ринитом и/или астмой**. Вот почему врач назначил этот препарат Вашему ребёнку.

Первая доза

Первую дозу препарата Сталораль® ребёнку необходимо принять в кабинете врача. Убедитесь, что Вы точно следуете инструкции, которая находится в упаковке препарата. Врач может рассказать Вам и ребёнку, как её соблюдать.

Приём препарата Сталораль®

Посмотрите практические советы с подсказками по применению Сталораль® в разделе «**Как поддержать ребёнка во время терапии**».

Помните, что о любых нежелательных эффектах в ходе лечения нужно сообщать врачу. Бóльшую часть времени эти эффекты будут лёгкими или умеренными, они будут проходить сами собой. Их наличие не означает, что Вам нужно прерывать лечение или изменять схему дозирования. Тем не менее если Вы сообщите о нежелательных эффектах врачу, он поможет Вам принять взвешенное решение.

Чего ожидать во время терапии

Начало лечения

Врач назначил ребёнку АСИТ. Приём первой дозы — это первый шаг на пути к успеху!

Увеличение дозы

Цель домашнего лечения состоит в постепенном увеличении дозы вплоть до достижения максимальной дозы, назначенной врачом. **Помните: в это время важно наблюдать за ребёнком, чтобы убедиться, что он хорошо реагирует на лечение**. К частым реакциям в начале лечения относятся раздражения в полости рта, такие как зуд или отёчность. Они обусловлены помещением препарата под язык. Это нормально, но если зуд и отёчность не пройдут в течение нескольких часов, проконсультируйтесь с вашим врачом.

Лечение на поддерживающей дозе

Чтобы лечение принесло плоды, должно пройти время, поэтому сейчас нужно набраться терпения. Помните, что **лучший результат достигается при ежедневном применении препарата**, поэтому важно сделать терапию полезной привычкой (см. раздел **«Как поддержать ребёнка во время терапии»**).

В долгосрочной перспективе

Для получения максимального эффекта, сохраняющегося в том числе и после завершения курса АСИТ, необходимо пройти лечение в течение 3–5 лет.

Важно периодически показывать ребёнка врачу, чтобы обеспечить наблюдение за процессом лечения. Убедитесь, что ведёте учёт предстоящих визитов — если нужно, включите напоминания в телефоне.

Как поддержать ребёнка во время терапии

Практические советы и подсказки

Выберите время в течение дня, когда терапия лучше всего впишется в Ваш распорядок: перед приёмом пищи или перед тем, как ребёнок почистит зубы.

Капли нужно удерживать под языком перед проглатыванием в течение **2 минут**. За это время препарат успеет полностью распределиться, что обеспечит эффективность его действия. В «Моей книге об аллергии» Вы найдёте несколько забавных способов помочь ребёнку держать препарат под языком в течение 2 минут.

Если ребёнок вдруг забудет принять препарат, не беспокойтесь. Если перерыв в лечении не превышает недели, возобновите лечение с той самой дозы, которую ребёнок принимал в последний раз. Если Вы ещё проходите начальную фазу лечения, увеличивайте дозу согласно схеме лечения. Если пропущено больше недели, вернитесь к одному нажатию в сутки, используя флакон той концентрации, на которой Вы остановились.

Для удобства контроля лечения и отслеживания запасов препарата Вы можете воспользоваться бесплатным **мобильным приложением**, скачать его можно с помощью специального QR-кода на последней странице этой книги. В этом приложении Вы также найдёте необходимую информацию о том, как правильно проводить АСИТ, как хранить препарат и многое другое.

Убедитесь, что ведёте учёт предстоящих посещений врача, сверяйтесь с ним. Так Ваш врач сможет проконтролировать прогресс.

Как можно ответить на вопросы ребёнка

В: «Почему мне нужно принимать препарат каждый день?»

О: «Если ты будешь принимать лекарство каждый день, твоё тело подружится с веществами, которые сейчас вызывают у тебя аллергию. Ты почувствуешь себя лучше. Если не принимать лекарство каждый день, твоё тело будет думать, что оно имеет дело с опасными веществами. Оно продолжит борьбу с ними и будет отнимать у тебя силы и энергию. Мы должны дать твоему организму шанс подружиться с этими веществами и избавиться от аллергии».



В: «Чем это лекарство лучше тех, что были раньше?»

О: «Это лекарство помогает твоему телу подружиться с аллергеном. Лекарства, которые были раньше, помогали только бороться с симптомами, которые у тебя были, но не помогали выздороветь в будущем. В этом лекарстве содержится очень маленькое количество аллергена. Со временем твоё тело перестанет считать, что аллерген опасен. Если ты будешь принимать лекарство достаточно долго, твоё тело подружится с аллергеном: насморк пройдёт и глаза перестанут слезиться».

В: «Я не понимаю, как работает это лекарство?»

О: «Давай вместе разберемся, что делает это лекарство. Дай-ка мне тетрадку».

Пояснение по флаконам

Для первого этапа лечения упаковка Сталораль® содержит 3 флакона (1 флакон 10 ИР и 2 флакона 300 ИР). Обсудите этот вопрос с врачом. Запишите здесь, когда и как долго нужно использовать каждый флакон.

Первый этап



10 ИР/мл

Количество нажатий/сут		ИР/доза
	1 нажатие = 2 ИР	
ДЕНЬ 1	1	2
ДЕНЬ 2	2	4
ДЕНЬ 3	3	6
ДЕНЬ 4	4	8
ДЕНЬ 5	5	10

ИР означает «индекс реактивности».
Это способ измерения количества аллергена в препарате.

Второй этап

После флакона с синей крышкой Вы перейдёте к флакону с фиолетовой крышкой.

Эти флаконы следует использовать, начиная со дня, следующего за датой использования последней дозы из флакона с синей крышкой. Не беспокойтесь, если флакон с синей крышкой ещё не закончился, — главное, чтобы все нужные дозы были приняты.



300 ИР/мл

Количество нажатий/сут		ИР/доза
	1 нажатие = 60 ИР	
ДЕНЬ 6	1	60
ДЕНЬ 7	2	120
ДЕНЬ 8	3	180
ДЕНЬ 9	4	240

Третий этап — поддерживающая доза

Когда Вы достигнете дозы из 2-4 нажатий на дозирующее устройство каждый день или 4 нажатий 3 раза в неделю в зависимости от того, как назначил Вам врач, это обеспечит применение поддерживающей дозы вплоть до окончания лечения.