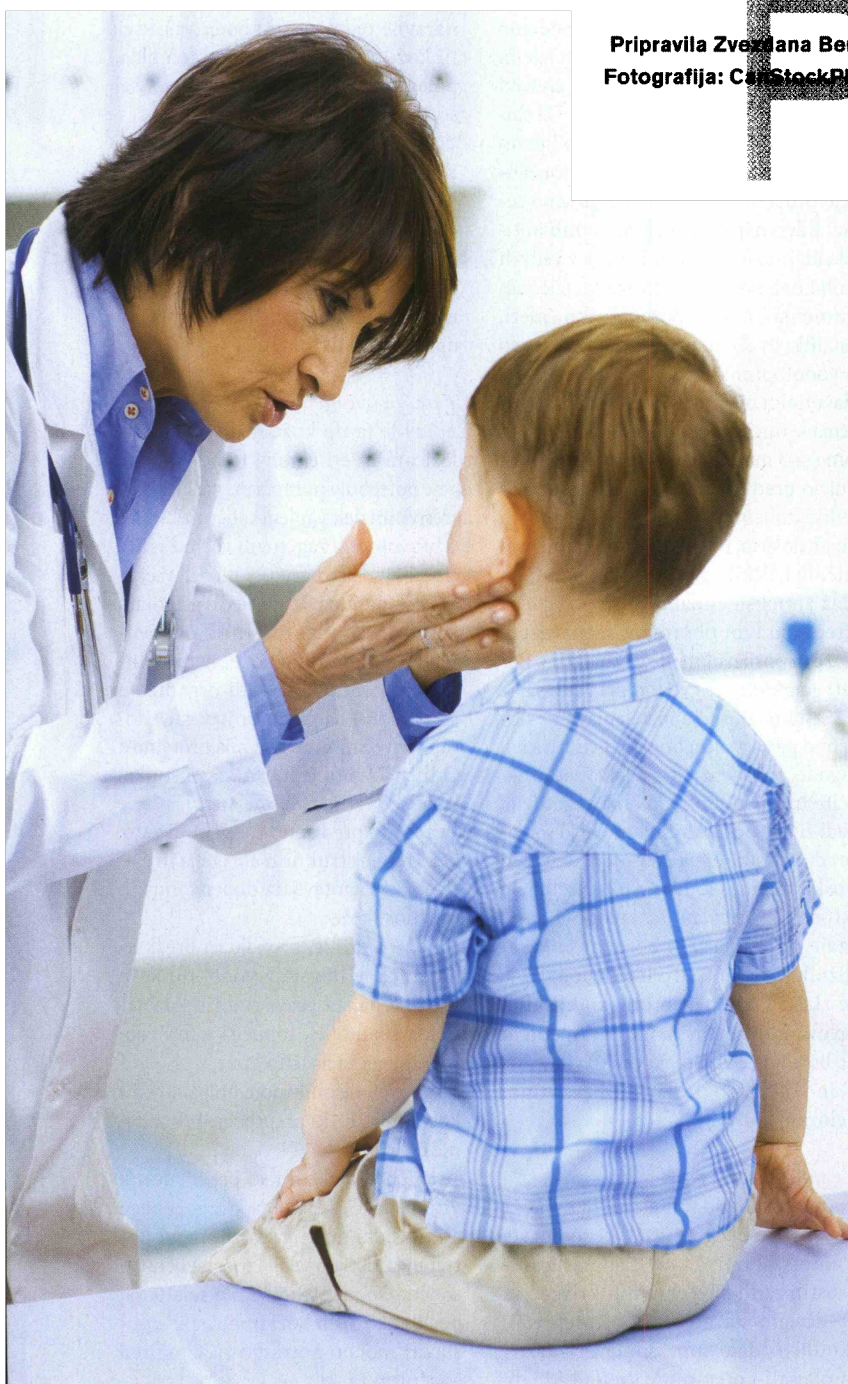




Ko imunski sistem ne deluje pravilno



Pripravnica Zvezdana Berčič
Fotografija: Carl Stock Photo

P

roblem **imunske pomanjkljivosti** je iz leta v leto večji, oboleva vedno več otrok, njihovo bolezensko stanje je lahko zelo resno, v najhujših primerih celo smrtno.

Kaj je **imunska pomanjkljivost**? Prof. dr. Tadej Avčín, dr. med., predsednik Društva za pomoč otrokom z imunskimi boleznimi in vodja Službe za alergologijo, revmatologijo in klinično imunologijo v UKC Ljubljana, pojasnjuje: "Pri teh boleznih gre v osnovi za genetsko okvaro, ki povzroči moteno delovanje imunskega sistema. Zaradi neustrezne imunske obrambe imajo ti bolniki pogostejše in dolgotrajnejše okužbe, včasih pa se lahko pojavijo tudi avtoimunske in maligne bolezni. Ker gre za genetsko okvaro, ne obstaja preventiva, ki bi preprečevala te bolezni. Pomembno je predvsem, da jih zgodaj odkrijemo," poudarja Avčín. Med opozorilne znake za primarne **imunske pomanjkljivosti** sodijo težje okužbe sinusov, več kot štiri okužbe ušes v enem letu, ponavljajoče pljučnice, neobičajni ognjki na koži ali v notranjih organih, ponavljajoče glivične okužbe ali težka septična stanja, kjer je potrebno bolnišnično zdravljenje.

Bolezen se najpogosteje pojavi in odkrije že v otroškem obdobju, del imunskih pomanjkljivosti pa se lahko pokaže šele pri odraslih bolnikih. Trenutno poznamo več kot 150 primarnih imunskih pomanjkljivosti, v Sloveniji pa je registriranih nekaj čez 160 takih bolnikov.

"Razvijanje imunskega sistema pri otroku je postopen proces, ki je odvisen od prirojenih lastnosti, dobrega zdravja matere in razvijajočega zarodka," pravi asist. Nataša Toplak, dr. med., specialistka pediatrije. Na njegov razvoj vplivajo še okoljski dejavniki, kot so prehrana, okužbe in splošno dobro počutje. Eden najbolj škodljivih okoljskih

dejavnikov je čezmeren dolgotrajen stres. Pojavnost bolezni, ki so povezane z motnjami v delovanju imunskega sistema, v zadnjih letih močno narašča pri odraslih in tudi pri otrocih. Vendar pa prirojene bolezni imunskega sistema odkrijejo prej in jih lahko tako hitreje in učinkovitejše zdravijo.

Kaj pa lahko za svojega otroka storimo sami in tako pomagamo pri razvoju imunskega sistema od rojstva naprej? "Z materinim mlekom otrok dobi prav vse hranilne sestavine, ki jih potrebuje za zdrav razvoj. Otrok mora dobiti zadostno količino beljakovin, maščob, sladkorjev, oligoelementov, mineralov in vitaminov. Pomembno je, da se mati zdravo, uravnoteženo prehranjuje.

Hkrati pa je za otroka pomembno, da ima dovolj fizične aktivnosti, spanja, pravilno prehrano, kar omogoča zdrav razvoj imunskega sistema. Do vstopa v šolo pa se bo imunski sistem že dobro naučil, kako se bo branil. Vendar je lahko psihični stres za nekatere otroke zelo močan. Organizem, ki je v stresu, povečano proizvaja stresne hormone in to vpliva na imunski sistem. Prevelik stres je lahko tudi posledica pretirane fizične aktivnosti, kar se lahko pojavi pri vrhunskih športnikih. Za povprečnega človeka lahko rečemo, da bo verjetno zmeren tek, primeren zmernostim, imunskemu sistemu koristil, pretiravanje pa ravno obratno," pravi Nataša Toplak.

Društvo za pomoč bolnikom

V namen ozaveščanja širše javnosti o pomenu imunskih bolezni so v službi za alergologijo, revmatologijo in klinično imunologijo na Pediatrični kliniki ustanovili **Društvo za pomoč otrokom z imunskimi boleznimi**. Problem je namreč iz leta v leto večji, oboleva vedno več otrok, bolezensko stanje otroka pa je lahko zelo resno, v najhujših primerih celo smrtno. V društvu bodo organizirali dogodek ob dnevu primarnih imunskih pomanjkljivosti, ki bo 15. septembra. Glavni namen dneva, nad katerim je častno pokroviteljstvo prevzel predsednik republike Danilo Türk, je javnosti predstaviti značilnosti te bolezni in delovanje imunskega sistema.