

એલર્જીસએ રોગપ્રતિકારક તંત્ર દ્વારા શરીરમાં પ્રવેશતા કે તેના સંપર્કમાં આવતા પદાર્થોના કારણે ઉદભવતા આરોગ્યના પ્રશ્નોના અતિસંવેદનશીલ જવાબો છે. એવો પદાર્થોના કારણે શરીરમાં જે રિએક્શન આવે છે તેને એલર્જી કહેવામાં આવે છે. ભારતમાં પણ એલર્જીક બિમારીઓ તેની તીવ્રતા અને ફેલાવની બાબતમાં વધુ પ્રમાણમાં પ્રસરી રહી છે. આ એલર્જીક બિમારીઓમાં દમ, નાસિકા પ્રદાહ, એનાફિલેક્સિસ, દવા, ખોરાક અને જંતુ એલર્જી, ખરજવું અને શિળસ અને એન્જીઓએડિમાનો સમાવેશ થાય છે. એક અંદાજ પ્રમાણે આપણી કુલ વસ્તીના



ડૉ સ્નેહા નાગપાલ
સ્કીન સ્પેશિયાલિસ્ટ

લગભગ 20% થી 30% લોકો ઓછામાં ઓછી એક વખત તો આ એલર્જીક બિમારીઓનો ભોગ બને છે.

આપણને શા માટે એલર્જી થાય છે?

એલર્જીસના કારણે લાખો લોકો દૈનિક પરિસ્થિતિમાં મૂકાય છે, અને વૈજ્ઞાનિકો પણ ખાતરી પૂર્વક નથી કહી શકતા કે એલર્જીસ શા કારણે હોય છે. તમારી ત્વચાને કઈક સ્પર્શ અને તમારી રોગપ્રતિકારક તંત્રને એવું લાગે છે કે તે આક્રમણ છે અને તંત્ર આ આક્રમણ સામે લડવા માટે એન્ટીબોડીઝ છોડે છે પરિણામે જ્યાં આ એન્ટીબોડીઝ રિલીઝ થયું હોય ત્યાં લાલ, ખંજવાળવાળું, લાલ ચકામા જામી જાય છે જેને ત્વચાપ્રક્રોપ કહેવાય છે. દાહક સંપર્ક ત્વચાપ્રક્રોપ કઠોર કલીનર્સ જેવા રસાયણો કારણે થાય છે.

જે લોકો એલર્જીથી પિડાતા હોય છે તેઓ એવી વસ્તુઓની પણ પ્રતિક્રિયા આપતા હોય છે જે પ્રત્યે અન્ય લોકોને કંઈ ચિંતા હોતી નથી. અમુક પ્રકારના છોડ, કલર ડાઈઝ, સ્પ્રે જેવી વસ્તુઓની સુગંધ કે રોજીદા વપરાશની કોઈપણ વસ્તુનું એલર્જીન હોઈ શકે છે. તમને પણ એવી કોઈ વસ્તુની એલર્જી હોઈ શકે છે જે હવામાં ઉડતી આવી તમારી ત્વચા પર બેસે જેમ કે, પરાગરજ, કેમિકલ સ્પ્રે, પાઉડર, ફાઈબર અથવા સિગારેટનો ધુમાડો. આ હવા

હવામાં ઉડતી આવી તમારી ત્વચા પર બેસે જેમ કે, પરાગરજ, કેમિકલ સ્પ્રે, પાઉડર, ફાઈબર અથવા સિગારેટનો ધુમાડો. આ હવા દ્વારા ફેલાતો (એરબોર્ન) ત્વચાપ્રક્રોપ તરીકે ઓળખાય છે અને મોટાભાગે આંખના પોપચા, માથા અથવા ગરદન પર થાય છે



દ્વારા ફેલાતો (એરબોર્ન) ત્વચાપ્રક્રોપ તરીકે ઓળખાય છે અને મોટાભાગે આંખના પોપચા, માથા અથવા ગરદન પર થાય છે.

ત્વચામાં ચાઠા તથા ખંજવાળ સાથે થતી એલર્જી જે શીળસ તરીકે પણ ઓળખાય છે તથા ચામડીમાં ઉંડે સુધી સોજા આવતી એલર્જી એન્જીઓએડિમા કહેવામાં આવે છે. એનાફિલેક્સિસ એ એક પ્રકારની એવી ગંભીર એલર્જીક પ્રતિક્રિયા છે કે જે જીવ માટે જોખમ પણ ઊભુ કરી શકે છે.

ત્વચાની એલર્જીનું કારણ શું હોઈ શકે?

તમારી ત્વચા એવા કોઈ પદાર્થના સંપર્કમાં આવ્યા બાદ તેને સંવેદનશીલ થવામાં ઓછામાં ઓછા 10 દિવસ લે છે. આ એવી વસ્તુ પણ હોઈ શકે જે તમે એલર્જીક થયા પહેલા વર્ષો સુધી સંપર્કમાં રહ્યા હોવ પણ હવે તે રિએક્શન કરતી હોય. પરંતુ એક વખત તમને એલર્જી થયા બાદ એ જ વસ્તુના સંપર્કમાં આવ્યાની મિનીટોમાં તમને એલર્જીક રિએક્શન દેખાશે. ક્યારેક આ

પ્રકારનું રિએક્શન દેખાવામાં એક-બે દિવસ પણ લાગી શકે છે.

સ્કીન એલર્જીના સૌથી સામાન્ય કારણો:

નિકલ, નામની ધાતુ જે ઘરેણા બનાવવામાં ઉપયોગમાં લેવાય છે. આ ઉપરાંત મેક-અપ, લોશન્સ, સાબુ અને શેમ્પુ, સનસ્ક્રીન અને જીવાંત મારવા માટે વપરાતા સ્પ્રે મુખ્ય છે. આ ઉપરાંત કેટલાંક પ્રકારની એન્ટીબાયોટીક દવાઓ તથા સ્કીન પર લગાવવામાં આવતા એન્ટી ઈર્થિંગ ક્રીમ, પ્લાસ્ટીક ગ્લ્સ, કપડાં વપરાતા ઈલાસ્ટીક, ગર્ભ નિરોધક તરીકે વપરાતા કોન્ડોમ તથા ફુગ્ગાઓથી પણ એલર્જી માટે કારણભૂત હોઈ શકે. ઉન, ફર, ખોડો અથવા ત્વચાના ટુકડા જેવી પશુ સામગ્રી, ભમરી, મધમાખી, મચ્છર અને કીડી જેવા જંતુઓનો ડંખ પણ ત્વચા પર એલર્જીન ઉત્પન્ન કરી શકે છે. આ ઉપરાંત ઘરમાં દેખાતા વંદા, છોડ પર રહેતા મોઝ અમુક પ્રકારના ઘાસ અને નિંદણ પણ એલર્જીનું કારણ હોઈ શકે છે. કોઈપણ પ્રકારના ખોરાકથી પણ એલર્જી થઈ શકે છે. ખોરાકના કેટલાંક ચોક્કસ ઘટકો પણ એલર્જીનું કારણ બની શકે છે. ધાન્યના લોટમાં રહેલું નત્રિલ, પ્રોટીન ઘઉં મળી એલર્જીક પ્રતિક્રિયાઓ પ્રેરી શકે છે. આઠ પ્રકારના ખોરાક કે જેના કારણે એલર્જી થી શકે છે તેમાં ઈંડા(ખાસ કરીને ઈંડાનું સફેદ દ્રવ્ય જેને એગ વ્હાઈટ કહેવાય છે), દૂધ, માછલી, ગ્રાઇન્ડ, મગફળી, ઘઉં, સોયા, શેલફિશ નો સમાવેશ થાય છે. જો તમે એટોપિક ડર્મટાઈટીસ, ઓછા લોહી પરિભ્રમણના કારણે લોહીમાં બળતરા, ગુપ્તભાગે સતત ખંજવાળ જેવી તકલીફોથી જો તમે પિડાતા હોવ તો તમને સ્કીન એલર્જીની સંભાવનાઓ વધુ રહેલી છે.

કારણો

immunoglobulin (IgE) તરીકે ઓળખાતી એન્ટીબોડીઝ ખાસ એલર્જીક પ્રતિક્રિયાઓનું કારણ બને છે. એન્ટીબોડીઝ શરીરમાં પ્રવેશેલા બાહ્ય અને નુકશાનકારક પદાર્થો સામે લડવા માટે રોગપ્રતિકારક તંત્ર દ્વારા છોડવામાં આવે છે. IgE એલર્જીનનો નાશ કરવામાં છોડવામાં આવે છે જેની રાસાયણિક પ્રતિક્રિયારૂપે એલર્જી થાય છે. આ રસાયણોમાં એક હિસ્ટેમાઈન કહેવામાં આવે છે, હિસ્ટેમાઈન ઘસનતંત્રના સ્નાયુઓ અને રક્તવાહિનીઓની દિવાલો મજબૂત બનાવી રાખે છે. તે પણ નાક રેખાઓને વધુ પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરવા સૂચન પણ કરે છે.

નિદાન

લોહીની તપાસ: આ રોગ પ્રતિકારક સિસ્ટમ દ્વારા પ્રકાશિત IgE એન્ટિબોડીઝ સ્તર માપે. આ પરીક્ષણ ક્યારેક ટેડીઓએલર્જીસોર્બન્ટ પરીક્ષણ (Rast) કહેવાય છે.

સ્કીન પ્રિક પરીક્ષણ: આ પ્રક્રિયા પંચર ટેસ્ટિંગ અથવા પ્રિક ટેસ્ટિંગ તરીકે પણ ઓળખાય છે જેમાં સંભવત એલર્જીન સાથે થોડી ચામડીનો નમુનો લેવાય છે. જો સ્કીન આની પ્રતિક્રિયારૂપે લાલ થાય, સોજા થાય કે ખંજવાળ આવે તો તેનો અર્થ એમ થાય કે એલર્જી છે.

પેચ પરીક્ષણ: એક પેચ પરીક્ષણ ખરબચવાને ઓળખી શકે છે. આ તપાસમાં એક મેટલ ડિસ્ક ખૂબ જ ઓછા પ્રમાણમાં શંકાસ્પદ એલર્જીન સાથે વ્યક્તિની પીઠ પર ચોટાડવામાં આવે છે. આના કારણે સ્કીન પર રિએક્શન આવ્યું છે કે નહીં તે ડોક્ટર 48 કલાક પછી અને થોડાક દિવસો બાદ ફરીથી કરે છે.

સારવારના વિકલ્પો

સૌથી વધુ અસરકારક સારવાર અને એલર્જી વ્યવસ્થાપન એ એલર્જીને દૂર રાખવાનો ઉત્તમ ઉપાય છે, જે કે એલર્જીને ટાળવા માટે કેટલીક વખત આટલું પૂરતું નથી અને આવી પરિસ્થિતિઓમાં દવાઓ દ્વારા સારવાર આપવામાં આવે છે, જે કે એલર્જીને સંવેદનહીન બનાવવી જરૂરી છે. એનાફિલેક્સિસમાં ઈમરજન્સી સારવાર જરૂરી છે. એપિનેફ્રાઇન ઇન્વેક્ટર્સ એનાફાઇલેટિક રિએક્શનની ગંભીરતા ઘટાડવામાં મદદરૂપ થી શકે છે. ઈમ્યુનોથેરાપી કે જે hyposensitization તરીકે પણ ઓળખાય છે. ઉપચારનો આ પ્રકાર ઈમ્યુન સિસ્ટમ (રોગપ્રતિકારક તંત્ર)ને પૂર્વવત બનાવવામાં મદદ કરે છે. જે કે ઈમ્યુનોથેરાપી ગંભીર પ્રકારની એલર્જીની સારવારમાં જ ઉપયોગમાં લેવાય છે.