



*Шенгер Анастасія Андріївна*  
**НЕТИПОВІ ХАРЧОВІ АЛЕРГІЇ**

Харків, Україна

Харківський національний медичний університет

Кафедра гігієни та екології №2

Науковий керівник: д.мед.н. проф. Завгородній І. В.

**Актуальність.** Харчова алергія є одною з важливіших проблем охорони здоров'я, яка стосується не тільки дітей, а і дорослих. За останні 2 – 3 десятиліття людство дізналося цілу ланку нових алергій. Симптоми можуть варіюватися від легких до важких, і в крайньому разі харчова алергія може призвести до анафілаксії, яка є небезпечною для життя людини. Тому своєчасне виявлення алергій в сучасному світі є вкрай важливою мірою для запобігання неприємних наслідків.

**Мета.** Дослідити прояви деяких нетипових харчових продуктів, що зустрічаються у повсякденному житті.

**Матеріали та методи.** Було проведено аналіз наукових досліджень за темою нетипові харчові алергії за допомогою Інтернет-ресурсів PubMed, Google Scholar.

**Результати.** На полицях багатьох сучасних магазинів можна знайти загальновідомі харчові алергени, як яйця, арахіс, молоко та цитрусові, проте можна виділити і нетипові, такі як алкоголь, м'ясо ссавців, запах риби, насіння кунжуту, зефір і сушені фрукти.

Нетолерантність до алкоголю може бути пов'язана з індивідуальною чутливістю організму. Загальними алергенами можуть бути хімічні речовини, сульфіти, побічний продукт бродіння і ферментації - гістамін. Гістамін може викликати негайні, а іноді і глибокі наслідки, змушуючи кровоносні судини розширюватися, а клітини, що продукують слиз, активуватися, що призводить до низки дерматологічних, шлунково-кишкових та респіраторних симптомів. Іншими причинами алергії на алкоголь можуть бути: хміль або глютен (в пиві), картопля (в горілці), суміш з фруктами або горіхами (у коктейлях).

Алергеном на червоне м'ясо (вона ж алергія на м'ясо ссавців) є alpha-gal цукор, що зустрічається майже у всіх ссавців, крім людей. Алергія на м'ясо може розвинути на будь-якому етапі життя, і певні люди схильні до більшого ризику,



включаючи людей із певними групами крові, перенесеними інфекціями, укусами кліщів, атопічним дерматитом або супутніми харчовими алергіями. Хоча і не часто, але виявляється алергічна реакція на вдихання дрібних частинок (або парів) їжі з повітря. Саме це є причиною виникнення алергії на запах риби.

Ще одна алергія здатна викликати анафілактичну реакцію – алергія на насіння кунжуту. Кунжутне масло вважається здоровою кулінарною олією і використовується в різних харчових продуктах. Цікаво зазначити, що кунжутну олію також використовують у багатьох фармацевтичних товарах, а також у косметиці та лосьйонах для шкіри. Як не дивно, але вона використовується, оскільки у більшості людей імунна система майже не реагує на неї.

Незвичайною алергією можна вважати алергію на зефір. Її причиною є желатин. Це білок, що утворюється при кип'ятінні сполучної тканини у тварин. Желатин можна також знайти в клейких або жувальних цукерках і матових зернових. Вона також пов'язана з реакціями на деякі вакцини, наприклад, проти грипу. Винуватцями алергії на сушені фрукти є сульфіти, наприклад, діоксид сірки. Їх використовують для збереження цілого ряду продуктів. Якщо людина чутлива до сульфітів, то можуть виникати реакції при вживанні вина, оцту, сухофруктів і овочів, обробленого м'яса, консервованих, заморожених фруктів і овочів, а також різноманітних приправ.

Висновок. Велика різноманітність продуктів є надзвичайно важливою перевагою XXI століття, але наряду з цим розвиваються все більше алергій пов'язаних з пестицидами та добавками, які виробники застосовують для подовшення терміну зберігання і поліпшення споживчих властивостей. Треба пам'ятати про своє здоров'я, важливість правильного харчування та натуральних продуктів. Купуючи харчові продукти, слід уважно ознайомитися з етикеткою та складом. Необхідно уникати вживання їжі з хімічними добавками, щоб знизити ризик розвитку алергії у дорослих та дітей.