

BOLILE AUTOIMUNE – când corpul se atacă singur



Bolile autoimune sunt afecțiuni cauzate de un răspuns nepotrivit al sistemului imunitar care, în mod normal, este cel ce ne apără de substanțe străine din afară sau din interior devenite „străine” (bacterii, viruși, celule canceroase etc.).

Uneori, el încetează să recunoască unul sau mai mulți dintre componenții normali ai organismului și produce anticorpi care vor ataca celule normale, țesuturi și/sau organe. Rezultatele sunt inflamația și distrugerea organelor sau țesuturilor afectate. Există o multitudine de boli autoimune, unele afectează doar un organ, altele pot să cuprindă tot corpul. De regulă, ele apar în rândul femeilor aflate la vârsta fertilității.

Cele mai frecvente

* Artrita reumatoidă și artrita juvenilă (afectează articulațiile, mai rar pielea sau plămâni) * Lupusul eritematos sistemic (pielea, rinichii, articulațiile, creierul, globulele roșii, etc) * Sclerodermia (pielea, intestinul, rareori plămâni) * Sindromul Goodpastur (plămâni, rinichii) * Granulomatoza Wegner (vasele de sânge, sinusurile, plămâni, rinichii) * Polimialgia reumatică (grupele mari de mușchi) * Sindromul Guillain-Barre (sistemul nervos) * Diabetul zaharat tip 1 (insulele

pancreatice Langerhans) * Tiroidita Hashimoto sau boala Graves (tiroida) * Boala celiacă, boala Crohn, colita ulcerativă (tractul gastrointestinal) * Scleroza multiplă * Boala Addison (glandele suprarenale) * Ciroza biliară, colangita sclerozantă, hepatita autoimună (ficat) * Anemia pernicioasă (stomac) * Miastenia gravis (mușchi) * Dermatomiozita (piele) * Arterita temporală sau arterita Horton (arterele capului și ale gâtului).

Simptome

* Inflamația * Oboseala * Vertijul * Stare generală de rău * Febra * Sensibilitate extremă la frig * Slăbiciunea și rigiditatea mușchilor și articulațiilor * Modificări bruște de greutate * Tulburări gastrointestinale * Iritabilitate, anxietate sau depresie * Infertilitate sau reducerea apetitului sexual * Modificări ale nivelului de zahăr din sânge.

Cauze

Nu se cunosc cauzele ce declanșează asemenea boli, însă factorii de risc sunt: toxinele din mediul înconjurător; ereditatea sau moștenirea genetică; viruși (ex. virusul Epstein-Barr); radiațiile solare; iodul; stresul și anxietatea; sarcina; dieta deficitară, lipsa odihnei, abuzul de alcool și tutun.

Tratament

Majoritatea bolilor autoimune nu pot fi vindecate, doar pot fi luate măsuri pentru ameliorarea simptomelor. Aspirina și

ibuprofenul pot trata inflamațiile și calma durerile, împreună cu antiinflamatoarele nesteroidiene sau imunosupresoarele puternice. Se pot face și radioterapie, plasmafereză (o procedură de filtrare prin care sunt îndepărtate celulele bolnave și moleculele nocive din sânge), acupunctură, Tai chi, Reiki. Sunt de ajutor sistemului imunitar: antioxidanții, în special zincul și seleniul, dar și resveratrolul, cățina, vitaminele C și E; extractul de coacăz negru, extractul din muguri de ploș negru; acizii grași esențiali de tip Omega 3 (consumul de aproximativ 2 g pe zi are efect de prevenire a declanșării lupusului); plantele cu efect antiinflamator (extractul de salcie sau cel de ardei iute) sunt indicate în tratarea poliartritei reumatoide, cu precauție la pacienții cu gastrită sau hemoroizi. Cea mai eficientă armă rămâne cortizonul administrat în momentele de criză ale bolii, pentru a bloca sistemul imunitar. O acțiune mai țintită decât a cortizonului (care poate duce la demineralizarea oaselor, ajungând chiar până la necroze osoase, spre disperarea bolnavului) are o nouă formă de terapie, încă rară: cea cu anticorpi monoclonali. De mare ajutor este și schimbarea alimentației, cu evitarea acidului arahidonic conținut în carne și ouă, eliminarea alimentelor conservate, a zahărului alb, margarinei și produselor lactate.