Alergia IgG zależna (utajona) – rozwiewamy wątpliwości

Podejrzewając u siebie alergię pokarmową, często kierujemy do się do specjalisty – alergologa. W gabinecie możemy jednak usłyszeć, że takie coś jak alergia opóźniona (IgG zależna) nie istnieje, a za alergię uważa się wyłącznie alergię szybką (IgE).
W prasie możemy napotkać relacje z testów konsumenckich i prowokacji dziennikarskich, które pokazują, że testy na IgG dają zafałszowane wyniki.
Skąd takie opinie i dlaczego niektórzy alergolodzy podważają sens diagnozowania alergii IgG?
Na to pytanie odpowie ekspert z Instytutu Mikroekologii dr Patrycja Szachta.

Dlaczego od alergologa w gabinecie lekarskim możemy usłyszeć, że nie istnieje coś takiego jak alergia utajona? Skąd to sceptyczne podejście lekarzy, którzy przecież powinni wiedzieć o alergiach najwięcej.

Wielu alergologów oficjalnie zajmuje stanowisko, że badania na alergie IgG – zależne nie mają sensu. Trzeba zaznaczyć, że powoli się to zmienia, jednak nadal, nawet wśród lekarzy, krążą pewne mity dotyczące alergii IgG. Niestety wpływa to negatywnie na ich ocenę tej metody. Za pierwszy przykład można podać mit, że IgG podnosi się za każdym razem, kiedy mieliśmy kontakt z danym alergenem i że „wszystkim wychodzi wszystko”. Nie jest to prawdą. Gdyby tak było praktycznie każdemu

wychodziłaby alergia opóźniona na mleko i gluten, gdyż niemal wszyscy pacjenci mają kontakt z tymi produktami. A często okazuje się, że akurat na mleko i gluten alergii nie ma.

Jakie jeszcze błędne przekonania mogą wpływać na niechęć alergologów do badań diagnozujących alergię IgG zależną?

Można zacząć od tego, że wielu lekarzy myśli, że testy na alergię opóźnioną oceniają jedynie podklasę IgG4, co faktycznie nie dałyby żadnych miarodajnych wyników odnośnie nadwrażliwości pokarmowych. Przeciwciała podklasy IgG4 cechują się raczej właściwościami ochronnymi, zapobiegając występowaniu reakcji anafilaktycznych IgE – zależnych.

Podczas badania alergii opóźnionej bada się wszystkie podklasy przeciwciał IgG, ale przede wszystkim przeciwciała IgG1 oraz IgG3 (o właściwościach opsonizujących), a więc te odpowiedzialne za tworzenie kompleksów immunologicznych i rozwój stanu zapalnego w organizmie (występowanie reakcji opóźnionej).
Poza tym niebagatelny wpływ na ocenę testów ma fakt, że niestety jest bardzo wiele nierzetelnych testów na alergię opóźnioną, mogących dawać niewiarygodne wyniki. Faktycznie dieta stosowana w oparciu o te badania może nie przynieść pożądanych rezultatów.

A co z badaniami? Czy za dowód nie wystarczą badania dotyczące alergii IgG i jej wpływu na różnego rodzaju

schorzenia?

Badania są, oczywiście i potwierdzają one taką zależność. Powstało wiele artykułów naukowych, medycznych, które są ogólnodostępne w bazie PubMed. Paradoksalnie częściej znaczenie alergii opóźnionych w chorobach takich jak np. depresja, dolegliwości ze strony przewodu pokarmowego, otyłość i wielu innych doceniają lekarze innych specjalizacji niż alergolodzy.
Problemem jest tu głównie brak szeroko zakrojonych badań populacyjnych, wskazujących na znaczenie alergii IgG – zależnej w reakcjach alergicznych. Problemem jest także mnogość objawów, często nie utożsamianych z alergią, i ich opóźniony charakter. Badanie reakcji IgE – zależnych są łatwe, bo objawy są oczywiste oraz szybkie.

Jednak w książkach naukowych, nawet pisanych przez alergologów, również można zetknąć się z tematyką alergii IgG; także w publikacjach autorytetów tej dziedziny medycyny.

Oczywiście, ponieważ alergia opóźniona istnieje. Alergolodzy najczęściej zajmują się alergią szybką IgE – zależną. Problem zaczyna się, kiedy stwierdza się brak podwyższonego miana przeciwciał IgE u danego pacjenta, a nadal występują typowo alergiczne, opóźnione objawy. Wtedy taki pacjent jest „wrzucany do worka” z alergią IgE – niezależną. Tymczasem bardzo często są to reakcje IgG – zależne.
O typie III reakcji alergicznej, czyli reakcji IgG – zależnej wspominają nawet takie autorytety jak prof. Maciej Kaczmarski i Elżbieta Korotkiewicz – Kaczmarska. Mechanizm opisywanej reakcji alergicznej (alergiczno – immunologicznej) opisują w książce „Alergia i Nietolerancja pokarmowa”. O tym, że warto

jednak korzystać z badań na alergię opóźnioną IgG wskazuje nawet profesor Edward Zawisza, w swoim artykule „Reakcje pokarmowe – niemediowane IgE”. Dlatego też z całą pewnością nie można stwierdzić, że badania na alergię opóźnioną są nienaukowe i niczym niepotwierdzone.

Zostawmy na chwilę lekarzy. Coraz większa popularność testów na alergię opóźnioną i niejako „moda” na dietę eliminacyjną spowodowała, że w Internecie pojawiają się różne historie, które opowiadają o prowokacjach dziennikarskich czy nieudanych testach konsumenckich. Skąd to się wzięło?

Tutaj niestety trzeba powiedzieć, że zły PR alergii opóźnionej robią nierzetelne testy i panele. Po Internecie „krąży” historia o dziennikarzu, który wysłał do badania próbki swojej krwi pod różnymi nazwiskami i uzyskał dwa różne wyniki. To samo dotyczy testów, które wykonuje się samemu w domu – są osoby, które zdecydowały się zrobić test dwukrotnie np. w odstępie miesiąca i wyszły dwa odrębne wyniki. **Dlatego niezwykle ważne jest, żeby decydując się na zrobienie testów na alergię IgG, sięgnąć po wiarygodne, czyli takie mające certyfikat walidacji! Tego typu testy są cyklicznie kontrolowane także pod kątem powtarzalności.**
W zagranicznej prasie zostały również opublikowane badania konsumenckie (przeprowadzone w Szwecji), z których wyraźnie wynika, które testy dają wiarygodny, powtarzalny wynik – były to testy **ImuPro** i **BioTek**. Wszystkie testy robione nie w warunkach laboratoryjnych, ale w domu zostały uznane za

niewiarygodne, gdyż rozbieżność wyników była zbyt duża.

Co mamy zrobić, jeśli „nasz” alergolog lekceważy nasze podejrzenia dotyczące alergii opóźnionej? Szukać do skutku takiego, który takie badania zleci i pomoże nam je zinterpretować, czy zrobić je na własną rękę?

U pacjentów z dolegliwościami ze strony przewodu pokarmowego, problemami skórnymi, nadwagą i otyłością, migreną, zespołem chronicznego zmęczenia i szeregiem innych jednostek chorobowych, których przyczyna jest trudna do ustalenia, test na utajoną alergię pokarmową może wskazać przyczynę problemu oraz umożliwić eliminację pokarmów, wywołujących reakcję nadwrażliwości.
Jeśli klastyczne metody diagnozowania i leczenia owych chorób nie przyniosły pożądanych rezultatów, warto wykonać opisywane badania, choćby „na własną rękę”.

Jeśli masz jakieś pytania dotyczące badań na alergię IgG – napisz do nas

dietetyk@alergiapokarmowa.pl

- Literatura

1. Zawisza E.: Reakcje pokarmowe – nie mediowane IgE. Alergia, 2010, 3: 47-48; 2. Kaczmarski M.: Alergia i nietolerancja pokarmowa. Mleko i inne pokarmy. HELP – MED. 2013; 3. Pawankar R, Canonica GW, Holgate ST, Lockey RF. WAO White Book on Allergy. World Allergy Organization; 2011