

Αλλεργία στον ήλιο: Τι είναι και πώς προκαλείται

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

image not found or type unknown



[ce202bbe299aa21a96b7db88f9e0a30f_L](#)

Πολλοί είναι αυτοί που ταλαιπωρούνται από αλλεργία στον ήλιο καθώς το δέρμα τους δεν μπορεί να προσαρμοστεί στην απότομη έκθεση στην έντονη ηλιακή ακτινοβολία.

Τα συνήθη συμπτώματα που εκδηλώνονται σε αυτή την περίπτωση είναι:

- κνησμός (φαγούρα)
- ερύθημα (κοκκινίλες)
- εξάνθημα (σπυράκια) στις περιοχές του δέρματος που εκτίθενται άμεσα στον ήλιο

Οι εκδηλώσεις αυτές υποδηλώνουν δερματοπάθεια επαγόμενη από το φως του ηλίου ή με άλλα λόγια φωτοδερματοπάθεια.

Τι είναι η αλλεργία στον ήλιο;

Η πιο κοινή φωτοδερματοπάθεια ονομάζεται πολύμορφο εξάνθημα εκ φωτός ή αλλεργία στον ήλιο. Πρόκειται, σύμφωνα με τη δερματολόγο Νταλαμάγκα Ματέκοβιτς Αθηνά και το blog.doctoranytime.gr, για μία αρκετά συχνή πάθηση, αφού υπολογίζεται ότι προσβάλλει περίπου 2 στους 10 ανθρώπους. Εμφανίζεται συχνότερα σε νεαρή ηλικία (γύρω στα 30 έτη), αλλά μπορεί να εκδηλωθεί και στα παιδιά. Οι γυναίκες προσβάλλονται συχνότερα από τους άντρες. Στο 1/3 των περιπτώσεων έχει διαπιστωθεί κληρονομική προδιάθεση. Δεν πρόκειται για ένα μεταδοτικό νόσημα.

Πώς προκαλείται η αλλεργία στον ήλιο;

Ο μηχανισμός που οδηγεί στην εκδήλωση του νοσήματος αποτελεί αντικείμενο εντατικών μελετών. Οι ερευνητικές προσπάθειες των τελευταίων ετών έχουν αναδείξει τον ενεργό ρόλο του δέρματος στην ανοσολογική λειτουργία του οργανισμού. Το δέρμα, το μεγαλύτερο όργανό μας, διαθέτει εκπληκτικούς μηχανισμούς ομοιοστασίας και άμυνας έναντι των δυσμενών επιδράσεων της υπεριώδους ηλιακής ακτινοβολίας. Διαταραχή της εύρυθμης λειτουργίας των μηχανισμών αυτών μπορεί να οδηγήσει σε άσκοπη κινητοποίηση ανοσοκυττάρων και στην πρόκληση αλλεργικής φλεγμονής στο δέρμα.

Πώς εκδηλώνεται η αλλεργία στον ήλιο;

Το πολύμορφο εξάνθημα εκ φωτός συνήθως εμφανίζεται την άνοιξη ή στις αρχές του καλοκαιριού, όταν φοράμε τα πρώτα κοντομάνικα ή όταν κάνουμε τις πρώτες εμφανίσεις μας στην παραλία. Έντονη φαγούρα, κοκκινίλες και σπυράκια εμφανίζονται στο ντεκολτέ, στους ώμους, στα μπράτσα ή σε οποιοδήποτε άλλο σημείο του σώματος έχει εκτεθεί στον ήλιο. Η βαρύτητα των εκδηλώσεων ποικίλλει κατά περίπτωση. Ορισμένα άτομα έχουν πολύ ήπια και παροδικά ενοχλήματα, ενώ κάποια άλλα μπορεί να υποφέρουν για μήνες, μέχρι το τέλος του καλοκαιριού. Προς το τέλος του καλοκαιριού τα συμπτώματα είναι κατά κανόνα ηπιότερα, καθώς το δέρμα τελικά αποκτά μία αντοχή στην έκθεση στον ήλιο. Το χειμώνα συνήθως το εξάνθημα υποχωρεί, για να επανεμφανιστεί το επόμενο καλοκαίρι.

Πόσο διαρκούν τα συμπτώματα;

Η αλλεργία στον ήλιο είναι μία χρόνια πάθηση, η οποία από τη στιγμή που εμφανίζεται διαρκεί αρκετά έτη, με εξάρσεις το καλοκαίρι και υφέσεις το χειμώνα.

Πώς αντιμετωπίζεται;

Η σωστή διάγνωση είναι το κλειδί για την επιτυχημένη θεραπεία. Η αλλεργία στον ήλιο θα πρέπει να διαφοροδιαγνωστεί από άλλες παθήσεις του δέρματος, οι οποίες προκαλούνται από τον ήλιο ή προϋπάρχουν και επιδεινώνονται με την έκθεση στον ήλιο. Ο δερματολόγος σας είναι εξειδικευμένος στη διαγνωστική διερεύνηση αυτών των νοσημάτων.

Για το πολύμορφο εκ φωτός εξάνθημα δεν υπάρχει προς το παρόν ριζική αντιμετώπιση. Γνωρίζοντας όμως τη γενεσιουργό αιτία, η σωστή προστασία από τον ήλιο μπορεί να προλάβει την εκδήλωση του εξανθήματος. Ο δερματολόγος θα σας δώσει αναλυτικές οδηγίες για να επιλέξετε τα κατάλληλα ρούχα και το ενδεδειγμένο αντηλιακό.

Η προσεκτική σταδιακή έκθεση στον ήλιο μπορεί να δράσει ευεργετικά στις ηπιότερες περιπτώσεις. Ο δερματολόγος σας μπορεί να σας συμβουλέψει σχετικά. Στα πιο σοβαρά περιστατικά συνιστάται η εφαρμογή ειδικών πρωτοκόλλων προληπτικής φωτοθεραπείας με στενού φάσματος υπεριώδη Β ακτινοβολία (NB-UVB), που βοηθούν στην αποκατάσταση της φυσιολογικής ανοσολογικής λειτουργίας του δέρματος (φωτο-απευαισθητοποίηση). Οι θεραπείες αυτές κατά κανόνα γίνονται σε εξειδικευμένα δερματολογικά κέντρα που διαθέτουν τον κατάλληλο εξοπλισμό.

Το ίδιο το εξάνθημα και τα συμπτώματα που προκαλεί αντιμετωπίζονται με ολιγοήμερη αγωγή με τοπικά ή συστηματικώς χορηγούμενα φάρμακα, τα οποία συνταγογραφούνται από το δερματολόγο σας.

Πηγή: mothersblog.gr