

ऍलर्जीचे गौडबंगाल

“डॉक्टर इतकी वर्षे मला कधी कुंकवाची ऍलर्जी नव्हती आणि आता या म्हातारपणी ती अचानक कशी बरं आली? बरं कुंकू पण माझं आधीपासून आहे तेच आहे. त्याच्यात काही बदल नाही.” राणेआजी मला चिंतातुर चेहऱ्याने विचारत होत्या. तसं म्हटलं तर हा तसा एक प्रातिनिधिक प्रश्न आहे. ज्यांना ज्यांना ऍलर्जी होते त्यांना हाच प्रश्न पडलेला असतो. मलाच का आणि आता इतक्या वर्षांनी ती का यावी? आज आपण त्याबद्दलच थोडं जाणून घेऊ.

“Anything under the sun can cause allergy including sun” असं म्हटलं जातं. याचा अर्थ सूर्याखाली असलेल्या म्हणजेच थोडक्यात या पृथ्वीतलावर असलेल्या कुठल्याही वस्तूची ऍलर्जी येऊ शकते, एवढेच नव्हे तर सूर्यकिरणाचीदेखील ऍलर्जी येऊ शकते. पण ही ऍलर्जी काही जन्मजात नसते. ती जर आधी नसते तर मग काही वर्षांनी किंवा काही दशकांनी अचानक का बरं सुरू होते. त्याची कारणे खालीलप्रमाणे आहेत.

1. अनुवंशिकता किंवा कौटुंबिक पार्श्वभूमी: ऍलर्जी असलेल्या व्यक्तीच्या जवळच्या नातेवाईकांनादेखील ऍलर्जी असण्याची शक्यता जास्त असते. पण एखाद्याला दमा आहे म्हणून त्याच्या जवळच्या नातेवाईकाला दमाच असेल असे नाही तर त्याला सर्दी, अंगावर पित्त उठणे, अंगावर खाजरे पुरळ येणे अशा प्रकारचीही ऍलर्जी असू शकेल.
2. स्वच्छता गृहीतक: (Hygiene hypothesis) लहानपणी जंतूविरुद्ध आपली रोगप्रतिकारशक्ती प्रभावी होण्यासाठी छोट्या मोठ्या प्रमाणात जंतूंचा आपल्या शरीराशी संबंध येणे जरूरी असते. पण जे पालक आपल्या बाळाला कुठलाही आजार होऊ नये यासाठी अति जागरूक राहतात व घरामध्ये जंतुनाशकांचा अतिप्रमाणात वापर करून घर व मुलांची त्वचा जंतूविरहित ठेवण्याचा प्रयत्न करतात अशा मुलांची जंतूविरुद्ध रोगप्रतिकारशक्ती थोडी कमकुवत राहू शकते. पण तीच रोगप्रतिकारशक्ती इतर निर्जीव वास्तूविरोधात मात्र अतिजागरूकता दाखवते. त्यामुळे अशा मुलांना पुढील काळात कधीतरी एखाद्या गोष्टीविरुद्ध ऍलर्जी सुरू होते.

3. लहानपणी प्रतिजैविकांचा अतिवापर : दोन वर्षांच्या आतील मुलांना जर वारंवार प्रतिजैविके (antibiotics) दिली गेली तर अशा मुलांना मोठेपणी ऍलर्जी होण्याची शक्यता जास्त असते. अर्थात जेव्हा खरोखर गरज आहे तेव्हा प्रतिजैविके देणे आवश्यक असतेच.
4. सभोवतालच्या वातावरणात बदल: आपण जर बरीच वर्षे एका ठिकाणी राहत असू आणि त्यानंतर वेगळ्या ठिकाणी रहायला गेलो तर तेथील विशिष्ट झाडे, झुडपे, त्यांचे परागकण, हवामान हे आपल्या शरीरासाठी नवीन असते. त्यामुळेदेखील आपली प्रतिकारशक्ती प्रभावित होऊन एखाद्या गोष्टीला ऍलर्जी सुरु होऊ शकते.
5. जंतू संसर्ग: विषमज्वर (typhoid), मलेरिया, टॉन्सिल किंवा घशाला होणारा जंतुसंसर्ग, क्षयरोग व जिवाणूंपासून होणारे इतर आजार, तसेच विषाणूंपासून होणारे आजार (उदा. इन्फ्लुएंझा, हगवण, कावीळ, कोविड इत्यादी) झाल्यानंतर कधी कधी आपल्या रोगप्रतिकारशक्तीमध्ये थोडे बदल होतात व त्यामुळे देखील कधी कधी अशा आजारांनंतर एखाद्याला ऍलर्जी सुरु होऊ शकते.
6. शरीरावर व मनावर होणारा तीव्र आघात: पक्षाघात, घरातील एखाद्या व्यक्तीचा अचानक झालेल्या मृत्यूमुळे किंवा आणि काही दुर्घटनांमुळे होणारे तीव्र दुःख, हार्ट अटॅक, छोटी मोठी शस्त्रक्रिया, बाळंतपण, गर्भपात इत्यादी गोष्टींमुळेदेखील आपली प्रतिकारशक्ती प्रभावित होते व या घटनांनंतर काही कालावधीने ऍलर्जी सुरु होऊ शकते.

आता आपल्या लक्षात आले असेल की आधी आपल्याला कधीच नसलेली ऍलर्जी अचानक का सुरु होते. आणखी एक गोष्ट लक्षात ठेवणे आवश्यक आहे की एखादी ऍलर्जी आपल्याला सुरु झाली की ती कायम टिकते. त्यामुळेच एखाद्याला एखाद्या गोळीची किंवा इंजेक्शनची (उदा. पेनिसिलीन, सल्फा इ.) ऍलर्जी असेल तर डॉक्टर त्याला ते औषध कधीच घेऊ नका असा सल्ला देतात व पेशंट देखील दुसऱ्या डॉक्टरकडे गेल्यास ' मला अमुक अमुक औषध चालत नाही ' हे न विसरता सांगत असतो. त्यामुळे ज्या गोष्टीची ऍलर्जी असेल त्या गोष्टी टाळणे आवश्यक

असते. पण जर टाळणे शक्य नसेल तर त्यासाठी काही ठराविक खबरदारी घेणे व तरीही त्रास झाल्यास डॉक्टरांकडून उपचार करून घेणे आवश्यक असते. उदाहरणार्थ, समजा एखाद्याला धुळीची ऍलर्जी आहे. तर त्यानी घरी जास्त प्रमाणात झाडलोट चालू असताना तिथे न थांबणे आवश्यक आहे. पण थांबणे आवश्यकच असेल तर मास्क बांधणे व पायघोळ कपडे घालून अंग झाकून घेणे अशा गोष्टी आवश्यक आहेत.

एखाद्या गोष्टीला अचानक ऍलर्जी होण्यासाठी आपल्या रक्तातील पांढऱ्या पेशींची भूमिका फार महत्वाची असते. पांढऱ्या पेशी एखाद्या वस्तूविरुद्ध (उदा धूळ, पराग कण, खाद्यपदार्थ) प्रतिपिंडे (Antibodies) तयार करतात. अशा वस्तूंचा आपल्या शरीराशी संपर्क आल्यास त्या वस्तूंचे प्रतिजन (Antigen) व त्याविरुद्ध शरीरात तयार झालेली प्रतिपिंडे यांचा संयोग होऊन तीव्र ऍलर्जी येते. समजा एखाद्या व्यक्तीला ठराविक झाडांच्या परागकणांची ऍलर्जी आहे. तर हे परागकण श्वासावाटे आत गेल्यास त्या व्यक्तीला दमा लागू शकतो किंवा त्यांचा नाकाशी संपर्क आल्यास अचानक शिंका येणे, नाक चोंदणे, नाकातून पातळ पाणी येणे असे होऊ शकते किंवा परागकण डोळ्यात गेल्यास डोळ्यांना खाज येऊ शकते. समजा एखाद्या व्यक्तीच्या रक्तात कोलंबी विरुद्ध प्रतिपिंडे तयार झाली असतील तर कोलंबी खाल्ल्यावर अशा व्यक्तीला एक तर दमा लागू शकतो किंवा सर्दी होऊ शकते किंवा डोळ्यांना खाज येऊ शकते किंवा अंगावर पित्तदेखील उठू शकतं. ही ऍलर्जी जर फारच जास्त प्रमाणात असेल तर चक्कर येणे, अचानक रक्तदाब कमी होणे, फार दम लागणे, हातापायाला दरदरून घाम फुटणे, हातपाय एकदम गार पडणे, शुद्ध हरपणे अशी तीव्र प्रकारची ऍलर्जी येऊन कदाचित माणूस दगावूही शकतो. यालाच Anaphylaxis असे म्हणतात. अशा तीव्र स्वरूपाच्या ऍलर्जीचे (Anaphylaxis) उदाहरण म्हणजे पेनिसिलीनची ऍलर्जी. अशीच ऍलर्जी कधीकधी सल्फा, इतर काही प्रतीजैविके, ठणक्याच्या गोळ्या (diclofenac, aceclofenac इ.) या औषधांनेही होऊ शकते. कधी कधी तर एखाद्याला विशिष्ट अन्नघटकापासूनही अशी तीव्र ऍलर्जी येऊ शकते. अंडी, कवच असलेले मासे (कोलंबी,खेकडे, शिंपल्या, कालवे इ.), इतर

मासे, मटण, कोंबडी, कडधान्ये, फळभाज्या इतकच नव्हे तर साध्या कोथिंबीरीने सुद्धा Anaphylaxis सारखी तीव्र ऍलर्जी येऊ शकते. ज्याला औषधामुळे Anaphylaxis सारखी तीव्र ऍलर्जी येते त्याने त्या औषधाचे नाव नमूद करून ठेवावे व कुठल्याही डॉक्टरकडे गेल्यास त्यांना न चुकता या गोष्टीची कल्पना द्यावी.

आणखी एक प्रकारची ऍलर्जी असते जी वस्तूंचा आपल्या त्वचेला स्पर्श झाल्यामुळे होते. उदाहरणार्थ कुंकवाची ऍलर्जी, सिमेंटची ऍलर्जी, हेअर डायची ऍलर्जी इ. यामध्येही आपल्या रक्तातील पांढऱ्या पेशींचा सहभाग असतो. आपण जसं एखाद्यावर डूख धरतो तसं ह्या पेशीदेखील एखाद्या वस्तूबद्दलची आठवण आयुष्यभर आपल्यामध्ये नोंद करून ठेवतात. त्यांना memory T cells म्हणतात. ती पेशी जरी मेली तरी ती पुढच्या पेशीला ती नोंद पोहोचवते. त्यामुळे अशा वस्तूंचा आपल्या त्वचेशी संपर्क आला तर अशावेळी या आठवण असलेल्या पेशींमधून त्वचेला दाह करणारी रसायने प्रसवतात. त्यामुळे त्वचा लाल होते, त्वचेला खाज येते व पुरळ येते. या ऍलर्जीला स्पर्शामुळे होणारी ऍलर्जी (Allergic contact dermatitis) असे म्हणतात.

पुढील काही लेखात आपण अशा स्पर्शामुळे होणाऱ्या ऍलर्जीबद्दल जाणून घेऊया.