

8.1 Inleiding

Dit hoofdstuk gaat over allergie. Hierover bestaan veel misverstanden. Vaak zegt iemand ergens 'niet tegen te kunnen' of ergens 'overgevoelig' voor te zijn. Dit wil niet altijd zeggen dat sprake is van allergie. Allergie komt wel steeds meer voor. Het lijkt erop dat bijna de helft van de mensen er op de een of andere manier mee te maken krijgt. Bovendien neemt dit percentage al jaren lang toe. Hoe dit komt, is niet goed bekend. In dit hoofdstuk wordt besproken wat allergie precies is, welke de twee belangrijkste vormen zijn, voor welke prikkels allergie het meest optreedt en waar de patiënt zoal last van kan hebben. Ook zal ter sprake komen in hoeverre allergie in het werk van een doktersassistent een rol speelt.

8.2 Wat is allergie?

Bij echte allergie reageert het lichaam op een specifieke manier op een prikkel. Dit is een prikkel die in normale situaties niet schadelijk is, maar bij allergie wel. Dit soort prikkel wordt allergeen genoemd. Op een dergelijke prikkel reageert het lichaam meestal met een ontsteking. Allerlei klachten en verschijnselen kunnen daarvan het gevolg zijn. Niet iedereen reageert allergisch (fig. [8.1](#)). Dat is vaak een kwestie van erfelijke aanleg. Erfelijke aanleg voor allergie heet atopie. De patiënt noemt men dan atopisch. Na blootstelling kan het heel lang duren voordat het lichaam daadwerkelijk allergisch reageert. Dit heet: sensibilisatie. Als de patiënt eenmaal is gesensibiliseerd (dus allergisch is geworden), dan duurt het bij een volgende blootstelling niet lang voordat opnieuw klachten volgen. Dit soort allergie heet daarom directe allergie, ook wel type I-allergie genoemd. Hierbij spelen zogenaamde mestcellen een belangrijke rol. Dat zijn cellen die overal in het lichaam voorkomen. Zij zijn als het ware 'volgemest' met allerlei stoffen. De belangrijkste is histamine. Bovendien speelt bij allergie een bepaalde soort antistof een belangrijke rol, namelijk IgE. IgE staat voor immunoglobuline type E. Immunoglobulinen zijn antistoffen (antilichamen). Je kunt zeggen dat het lichaam bij allergie als het ware last krijgt van het eigen afweersysteem.



Figuur 8.1

Niet elke allergie is een echte allergie

Als een allergeen op of in het lichaam komt, koppelt IgE zich hieraan vast. De combinatie allergeen-IgE maakt vervolgens mestcellen kapot. De inhoud van die cellen komt dan vrij. Het is vooral het histamine dat de klachten veroorzaakt. Welke klachten dat zijn, hangt af van de plaats waar de allergische reacties optreden, dus van waar het allergeen terechtkomt. Zo geeft allergie in de lagere luchtwegen andere klachten dan allergie in de huid, neus of ogen. Het komt ook veel voor dat mensen last krijgen van een combinatie hiervan. Een aparte vorm van allergie is de vertraagde allergie, ook wel type IV-allergie genoemd. De verschijnselen treden gemiddeld pas enkele dagen op na blootstelling. Ook voor deze allergie geldt dat de klachten pas op kunnen treden na sensibilisatie. Aan sensibilisatie kan jarenlang blootstelling zijn voorafgegaan.

8.3 Allergische reacties

In de neus kan een kriebelig gevoel ontstaan, er kan sprake zijn van verstopping, de patiënt moet niezen en er kan veel vocht uit de neus lopen. Dit laatste wordt ook wel loopneus genoemd. Als het neusslijmvlies ontstoken is, kun je spreken van een allergische rhinosinusitis. Dit woord geeft aan dat de slijmvliesen in de neus en de (aangrenzende) neusbijholten ontstoken zijn. Het lijkt op neusverkoudheid en zo noemen de mensen het vaak ook. Verkoudheid is echter een infectie en is besmettelijk. Typerend voor allergie is de jeuk. Bij jeuk in de neus is de kans op allergie als oorzaak relatief groot. De conjunctivae (oogbindvliesen) kunnen door de ontsteking rood worden en branderig of jeukerig aanvoelen. Er kan sprake zijn van tranenvloed. Dit is allergische conjunctivitis. Ook in de bronchiën (lagere luchtwegen) kunnen allergische reacties optreden. Door ontstoken luchtpijptakjes gaat de patiënt hoesten. Dit is dus een bronchitis als gevolg van allergie. De patiënt kan door vernauwing van de bronchiën kortademig worden, wat soms leidt tot een aanval. Zo'n aanval wordt astma genoemd. Bij voedselallergie kunnen de lippen opzwellen, kan er jeuk in de mond optreden en de patiënt kan bijvoorbeeld misselijk worden of buikpijn krijgen. Allergeen kan ook in het bloed terechtkomen en via het bloed invloed hebben op de huid. Het vrijkomende histamine kan bijvoorbeeld leiden tot netelroos, ofwel galbulten. Dit zijn jeukende rode bultjes of licht verheven zacht aanvoelende rode vochtophopingen met in het midden vaak een verbleking. De medische term hiervoor is urticaria. In verreweg de meeste gevallen is de oorzaak van urticaria echter iets anders of blijft de oorzaak onbekend. Er is dan geen aantoonbare allergie.

Verder is allergisch eczeem mogelijk. Dit is een jeukende huidontsteking die er heel verschillend uit kan zien. Dit soort erfelijk allergisch eczeem heet constitutioneel eczeem. Het komt vanaf de leeftijd van twee jaar vooral voor in de knieholten en de binnenkant (buigzijde) van de ellebogen. Bij baby's heeft dit eczeem als bijnaam dauwworm. Een typische plaats voor dauwworm is op de wangen. Sommige allergenen kunnen via het bloed reacties geven in het hele lichaam. Zo kun je bijvoorbeeld door het inademen van de uitwerpselen van de huisstofmijt last krijgen van je huid. Een heftige allergische reactie wordt anafylaxie genoemd. Soms wordt zo'n reactie levensgevaarlijk. In het strottenhoofd kan het weefsel opzwellen waardoor de patiënt moeilijk lucht kan krijgen. Bovendien kan astma optreden. Verder kunnen in het hele lichaam de grote bloedvaten wagenwijd open gaan staan. Dan wordt de bloeddruk extreem laag. Er is dan een anafylactische shock. In dat geval voelt de patiënt zich beroerd, ziet er bleek uit, kan angstig zijn of verward. Later kan hij bewusteloos raken en overlijden. Dit laatste kan binnen enkele uren of zelfs (in zeer ernstige gevallen) een aantal minuten gebeuren. Wanneer je denkt aan een (ernstige) allergische reactie is het dus goed om te vragen naar huiduitslag, jeuk en kortademigheid. Het is goed mogelijk dat een atopische patiënt (dus een patiënt met erfelijke allergie) in de loop van zijn leven allerlei soorten allergische klachten krijgt. Heel typerend is bijvoorbeeld dat iemand als baby en als jong kind constitutioneel eczeem heeft, op de basisschool astma-aanvallen en als volwassene hooikoorts. Atopie betekent kans op constitutioneel eczeem, astma en hooikoorts. Geneesmiddelenallergie en allergie voor insecten staan daar min of meer los van.

8.4 Allergenen

Bij alle allergische verschijnselen is het belangrijk te weten wat precies de klachten heeft uitgelokt. Er zijn duizenden voorbeelden te noemen, maar in de praktijk spelen vooral de volgende allergenen een rol (fig. 8.2).



Figuur 8.2
De belangrijkste groepen allergenen

8.4.1 Huisstofmijt

Een mijt is een heel klein spinachtig beestje. Een voorbeeld is de huisstofmijt. Deze bevindt zich in alle huizen en groeit vooral goed in stof en daar waar het vochtig is. In ruwe vloerbedekking, maar vooral in dekens en matrassen zijn huisstofmijten in groten getale aanwezig. Als de uitwerpselen van de huisstofmijt worden ingeademd, kan de patiënt vooral last krijgen van de neus en de lagere luchtwegen. Huisstofmijt is in de praktijk het allergeen dat verreweg de meeste klachten geeft. Mensen kunnen hier dagelijks last van hebben. Het hele jaar door kan men bijvoorbeeld een loopneus hebben of hoesten. Iemand kan extra last krijgen als hij bijvoorbeeld de bedden opmaakt of stofzuigt.

8.4.2 Stuifmeel (boom- en graspollen)

In de lente bloeien de belangrijkste allergene bomen (bijvoorbeeld hazelaar, els en berk). Vooral in mei en juni bloeien de grassen. Vanaf juli gaat het vooral om onkruid. Bij mooi weer is er veel stuifmeel in de lucht. Vooral de ogen en de neus kunnen reageren. De combinatie van conjunctivitis en rhinitis als gevolg van allergie voor pollen, staat bekend als hooikoorts. De klachten treden vooral op als de zon schijnt en als het waait. Als het regent kan het meevallen, want dan zijn er minder pollen en die komen bovendien op de grond terecht in plaats van in de ogen en de neus.

8.4.3 Huisdieren

Op speeksel, ingeademde huidschilfers of op haartjes van bijvoorbeeld een hond, kat of cavia kunnen vooral de neus en de lagere luchtwegen allergisch reageren. Vooral van kattenallergeen is bekend dat het langdurig aanwezig blijft in huis of op kleding. Dat betekent dat er niet eens katten in de buurt hoeven te zijn om last te krijgen van de verschijnselen.

8.4.4 Voedsel

Als reactie op bestanddelen in het voedsel, kan de patiënt last krijgen in de mond of in de rest van het maag-darmkanaal. Sommige baby's reageren allergisch op koemelkeiwit. Bekende voedingsallergenen zijn bijvoorbeeld: ei, noten, vis, varkensvlees, melk, pinda's, chocola en sinaasappelen. Ook elders in het lichaam kunnen verschijnselen optreden.

Voedingsbestanddelen komen immers via de darmen ook in het bloed. Bekend is verder het verschijnsel kruisallergie. Omdat voedingsproducten op elkaar kunnen lijken, kan allergie voor de ene stof tegelijk allergie voor de andere stof met zich mee brengen. Ook kan er een overeenkomst zijn tussen pollen en voedingsbestanddelen. Veel hooikoortspatiënten hebben last van orale allergie na het nuttigen van fruit of noten. Dit houdt in dat in de mond klachten ontstaan. Het gaat dan bijvoorbeeld om jeuk of een branderig gevoel.

8.4.5 Bijen en wespen

De bij kan vooral steken als je met blote voeten in de natuur rondloopt. De wesp wordt aangetrokken door rottend fruit, zoetheid en alcohol. Via het bloed kan het gif tot reacties leiden in de huid, in het strottenhoofd, het maag-darmkanaal of zelfs in de grote bloedvaten. Typisch voor een allergie na een steek door een insect is dus dat er niet alleen sprake kan zijn van pijn en zwelling, maar ook van verschijnselen als jeuk, duizeligheid, misselijkheid en kortademigheid.

8.4.6 Geneesmiddelen

Via het bloed kunnen geneesmiddelen allergische reacties veroorzaken in de huid en elders. In zeldzame gevallen is ook hier ernstige anafylaxie mogelijk. Op alle geneesmiddelen is een allergische reactie mogelijk. Antibiotica die zijn afgeleid van penicilline, acetylsalicylzuur en de gewone pijnstillers (met uitzondering van paracetamol) doen dat relatief vaak.

8.5 Een speciale groep: de contactallergenen

Bij veel mensen reageert de huid op contact met een allergeen na verloop van tijd met eczeem. Dit heet contacteczeem. Een verschil met de directe allergie is dat er gemiddeld twee dagen overheen gaan voordat de verschijnselen optreden. Dit type allergie wordt om die reden 'vertraagde' allergie genoemd. De last blijft bovendien tot de huid beperkt; er is alleen contacteczeem. Het is niet erfelijk en heeft dus niets met atopie te maken. Bekende contactallergenen zijn nikkel, stoffen in schoenlijm, stoffen in cosmetica en geneesmiddelen in plaatselijk aan te brengen zalfjes, druppels enzovoort. Belangrijk is ook latex. Dit is een stof die onder meer wordt verwerkt in steriele handschoenen. Allergie voor deze stof komt vrij veel voor bij medisch personeel, bijvoorbeeld doktersassistenten en artsen. Als het goed is worden handschoenen met latex niet meer gebruikt. Er zijn nog duizenden andere mogelijke contactallergenen. De plaatsen waar contacteczeem het meest voorkomt, zijn de handen en het gezicht. Een aparte vermelding verdient de allergische reactie op voetschimmel. Veel mensen hebben door schimmel jeuk aan de voeten en tussen de tenen. Als zij daar krabben worden de handen blootgesteld aan schimmel. Dit kan (contact)eczeem tot gevolg hebben.

8.6 Onderzoek bij allergie

Hoe kom je er nu achter of bij een patiënt bepaalde klachten worden veroorzaakt door allergie? Het is mogelijk dat de patiënt het zelf al in de gaten heeft of dat de arts, door de juiste vragen te stellen, op een idee komt. Soms is het nodig om als een detective op zoek te gaan naar het 'schuldige' allergeen. Een langdurige anamnese kan noodzakelijk zijn. Eventueel kan men gebruikmaken van uitvoerige vragenlijsten. Ook is het belangrijk te weten of allergie in de familie

voorkomt. Als dat zo is, dan is de kans dat klachten met allergie te maken hebben een stuk groter. Dit geldt echter alleen voor de atopische ziektebeelden constitutioneel eczeem, (allergisch) astma en allergische rhinitis/conjunctivitis. Vaak zal men vermoedens door aanvullend onderzoek bevestigd willen zien. Dat onderzoek is ook aangewezen als nog helemaal geen duidelijkheid bestaat over wat nu precies de last bezorgt. De bekendste onderzoeken zijn de volgende.

8.6.1 Bloedonderzoek

In het bloed wordt gekeken of veel IgE aanwezig is. Een bloedtest kan uitwijzen of er allergie is (de uitslag is positief of negatief). Met bloedonderzoek kan ook specifiek worden nagegaan waartegen het IgE is gericht, dus waartegen de patiënt precies allergisch reageert. De uitslag van bloedonderzoek kan worden uitgedrukt in plusjes. Hoe meer plusjes, hoe sterker de allergie lijkt te zijn. Overigens is het beoordelen van de klachten en symptomen van de patiënt net zo belangrijk en soms zelfs informatiever dan welk aanvullend onderzoek dan ook.

8.6.2 Huidpriktest

Bij een huidpriktest worden bestanddelen van verschillende allergenen in de huid geprikt. Na ongeveer een kwartier wordt gekeken of een allergische reactie optreedt. Op die plaatsen ontstaat dan roodheid en jeuk. Dit soort test is snel en gevoelig. Nadelen zijn dat dit voor kinderen te belastend kan zijn, dat het bij een donkere huid moeilijk te beoordelen is en dat medicijnen tegen allergie vanaf enkele dagen voor de testen gestaakt moeten worden (omdat anders een fout negatieve uitslag zou volgen).

8.6.3 Provocatieonderzoek

Bij provocatieonderzoek wordt de patiënt bewust in contact gebracht met allergeen waarna beoordeeld wordt of klachten volgen die voor de patiënt herkenbaar zijn. Als dat zo is, dan hebben de klachten dus te maken met allergie. Een voorbeeld is provocatie-inhalatie. De patiënt ademt een allergeen in waarna gelet wordt op (extra) klachten van kortademigheid of hoesten.

8.6.4 Plakproeven

Om uit te zoeken waar contacteczeem precies vandaan komt of om bepaalde vermoedens te bevestigen, kan men plakproeven doen, ook wel 'lapjesproeven' genoemd. Hierbij wordt op een lichaamsdeel, vaak de rug, een aantal pleisters of lapjes geplakt. In alle pleisters of lapjes zitten bestanddelen van verschillende allergenen (bijvoorbeeld nikkel). Als dat gebeurd is mag de patiënt naar huis met de instructie dat hij niet mag douchen, in bad mag of zwemmen. Na een paar dagen komt de patiënt terug en worden de pleisters weggehaald. Dan wordt gekeken of allergische reacties zijn opgetreden en zo ja, door welke stof(fen). Voorafgaand aan dit soort onderzoek mag de patiënt overigens een week lang niet met de rug in de zon.

8.7 Maatregelen

Voorkomen is beter dan genezen! Dat geldt ook voor allergie. Als je kunt voorkomen dat je lichaam in aanraking komt met een allergeen, dan krijg je ook geen klachten. Hiervoor moet natuurlijk wel bekend zijn waarop de patiënt precies allergisch reageert. In dit verband wordt vaak de term saneren gebruikt. Hiermee wordt bedoeld dat men de omgeving zo veel mogelijk vrij van allergeen probeert te maken. Dat is soms gemakkelijker gezegd dan gedaan. Bij allergie voor huisstofmijt kun je proberen je omgeving zo veel mogelijk stofvrij te krijgen. Huisstofmijt verdwijnt echter nooit helemaal. Voorbeelden van belangrijke adviezen zijn:

- Zorgen voor gladde vloerbedekking, vooral in de slaapkamer.
- Stof in huis bestrijden: regelmatig stoffen en stofzuigen (dit kan de patiënt beter niet zelf doen), oppervlakken vochtig afnemen.
- Vocht in huis bestrijden. Dit doet men vooral door goed te ventileren (ramen open).

Bij allergie voor een huisdier kan het nodig zijn dat huisdier van de slaapkamer te houden of soms zelfs weg te doen. Blootstelling is niet altijd te vermijden. Gelukkig is het ook mogelijk allergische klachten met medicijnen te bestrijden of te voorkómen. Dat kan op verschillende manieren. Er zijn medicijnen die de effecten onderdrukken van het uit de mestcellen vrijgekomen histamine. Deze zogenaamde antihistaminica kunnen voor een deel ook zonder recept bij apotheek of drogist gekocht worden. Corticosteroïden (als geneesmiddel gebruikte bijnierschors hormonen) onderdrukken het immuunsysteem en ontstekingsreacties (dus ook allergische ontstekingsreacties).

Een bijzondere mogelijkheid is desensibilisatie (opheffen van sensibilisatie). Dit is mogelijk bij ernstige hooikoorts en bij allergie voor bijen of wespen. Bij deze behandeling wordt een heel klein beetje allergeen ingespoten, zo weinig dat het afweersysteem van de patiënt nauwelijks iets laat merken. De volgende keer wordt iets meer ingespoten. De keer daarna weer iets meer. Zo kan het een hele tijd verdergaan. Op den duur is het lichaam als het ware gewend geraakt aan het allergeen en zullen er na blootstelling geen klachten meer komen. Deze behandeling wordt ook immunotherapie of hyposensibilisatie genoemd. Bij een hoog risico op een anafylactische reactie is het verstandig altijd een geneesmiddel bij de hand te hebben om bij zichzelf in te spuiten bijvoorbeeld na een wespensteek, of na het (per ongeluk) hebben binnengekregen van bepaald voedsel. Helaas hebben velen, vooral adolescenten, het betreffende middel als het nodig is toch niet bij zich. Als de oorzaak van contacteczeem bekend is, kan de patiënt verder contact met het allergeen vermijden. Dit is vaak niet zo moeilijk op te brengen, maar kan in enkele gevallen tot moeilijke situaties leiden, bijvoorbeeld als het contacteczeem ontstaat door stoffen waarmee de patiënt veel in aanraking komt door zijn beroep.

8.8 Allergie en de doktersassistent

Voor de doktersassistent is het van belang om veel van allergie af te weten:

- Minstens een kwart van de mensen heeft last (gehad) van allergie. Bovendien lijkt dat percentage steeds groter te worden.
- De doktersassistent kan adviezen geven bij huisstofmijtallergie.
- Bij het verzorgen van (herhalings)recepten is het altijd belangrijk om te vragen naar een eventuele allergie voor geneesmiddelen in het verleden.
- Er zijn doktersassistenten die huidpriktesten of lapjesproeven uitvoeren.
- De doktersassistent kan ook betrokken zijn bij de uitvoering van immunotherapie.
- Het kan gebeuren dat een patiënt net een injectie heeft gekregen en zich niet lekker voelt. Dit kan te maken hebben met (een neiging tot) flauwvallen, maar ook met allergie. In het laatste geval moet direct een arts worden gewaarschuwd en medicatie worden klaargelegd.
- Het is goed om mensen die een middel voorgeschreven hebben gekregen tegen ernstige anafylaxie eraan te herinneren dat altijd bij zich te hebben.