

Аллергия на холод



Зимняя погода по душе не многим, при сильных морозах редко кому хочется выходить на улицу. Но все время прятаться в доме не получается, и приходится передвигаться по заснеженным улицам в зимний мороз, кутаясь в теплые вещи.

Но некоторые люди категорически не могут переносить мороз, у них, как это ни странно звучит, на него холодовая аллергия. Их организм

категорически отказывается воспринимать такую температуру.

Холодовая аллергия – так называют различные проявления аллергических реакций, возникающие под воздействием холода. Первые симптомы заболевания обычно появляются в возрасте 20-30 лет.

По данным Тюменского областного кожно-венерологического диспансера ежегодно к врачам дерматологам обращается в холодное время года до 2-3-х десятков пациентов с холодовой аллергией.

Проявления аллергии на холод могут возникать во время контакта с холодной водой (купание в водоеме, мытье посуды), в холодное время года на улице, при сильном ветре, при употреблении холодных напитков и пищи, от сквозняков, кондиционера, при выходе из теплого помещения в холодное.

Аллергия может возникнуть даже от мороженого или холодного шампанского.

Причины холодовой аллергии

Специалисты уверены: холодовая аллергия — не самостоятельная болезнь, а только симптом, который сопровождает какое-то соматическое заболевание. Организм, ослабленный длительным и скрытым течением болезни, дает такой ответ на холод, поэтому истинные причины нестандартной реакции организма на холод пока не установлены. Холод является основным пусковым механизмом. Помогают сработать этому пусковому механизму разные предрасполагающие факторы: снижение иммунитета, инфекционные, простудные и паразитарные болезни, например, хроническое заболевание горла, вовремя невылеченные зубы, воспалительные процессы в гинекологической сфере у женщин. Хронические заболевания желудочно-кишечного тракта также могут истощать защитные силы организма и способствовать развитию симптомов холодовой аллергии. Аллергия на холод часто развивается у людей, имеющих и другие аллергические проявления – атопический дерматит, бытовую, пыльцевую, пищевую аллергию.

Поэтому все внимание должно быть направлено не столько на избавление от симптомов, сколько на лечение основного заболевания. Остальные меры можно считать временными, они проблемы не решают, лишь чуть облегчают состояние. Для проведения обследования и назначения лечения необходимо обратиться к специалистам.

Симптомы аллергии на холод

Холодовая аллергия проявляется буквально уже через несколько минут после воздействия пониженной температуры в виде высыпаний на открытых участках кожи: на лице, руках, нередко на губах после питья холодных напитков.

Первые симптомы:

- интенсивный зуд, постоянно хочется почесать покрасневшее место;
- начинают появляться волдыри;
- внезапная мигрень или головная боль, которая проходит, как только человек заходит в отапливаемое помещение и согревается;
- заложенность носа и першение в горле;
- может развиваться конъюнктивит, или начнут обильно течь слезы;
- отечность конечностей;
- появление одышки, человеку резко становится трудно дышать.

Выделяют следующие формы симптоматики аллергии на холод:



Холодовая крапивница. Проявление наиболее распространенное, возникающее при контакте открытых участках кожного покрова с холодным воздухом. Изначально больной жалуется на то, что у него сильно чешется и болит кожа в участках поражения, после чего возможно распространение процесса на те участки, которые напрямую с холодом не контактировали. Далее кожа краснеет, на ней образуются волдыри. Характерные для

этого состояния изменения схожи с той реакцией, которая обычно актуальна для ожогов, полученных от крапивы.

Холодовый дерматит. В этом случае актуальны не только жалобы на зуд и покраснение кожного покрова, но и на его шелушение.

Как лечить аллергию на холод

Специфических медикаментов для лечения холодовой аллергии в медицинской практике не существует. Пациентов принято лечить так же, как и при других видах аллергических реакций.

Для начала нужно пройти обследование, найти слабые места в организме и понять, почему иммунитет не срабатывает и не защищает от воздействия холода. Затем, необходимо вылечить все уже имеющиеся заболевания и повысить свой иммунитет.

Профилактические меры:

Устранить первоначальный фактор - мороз или ветер, нам не под силу. Поэтому, чтобы уменьшить страдания от воздействия холода, нужно следовать нескольким правилам:

- Приучите себя дышать на улице только через нос.
- Перед выходом на улицу обязательно за 20-30 минут наносите на кожу рук и лица специальные защитные крема от непогоды, а на губы - жирную гигиеническую помаду.
- Сократите время пребывания на морозе до минимума. Не употребляйте холодных напитков и продуктов. Не умывайтесь и не мойте руки ледяной водой.

- При значительном недомогании можно воспользоваться антигистаминными препаратами. Принимать их стоит только после назначения врача.
- Пересмотрите свое питание - в ежедневном рационе должны присутствовать продукты, которые содержат масла: орехи, жирная рыба, оливковое масло.
- Носите теплую одежду из натуральных материалов, обувь и перчатки на натуральном меху.
- Закрывайте на морозе и при сильном ветре руки перчатками, а лицо капюшоном, высоким воротником и широким шарфом;
- Не расчесывайте пораженные места.

Чтобы правильно лечить аллергию на холод, лучше довериться профессионалам, которые могут помочь навсегда избавиться от этого недуга. Это заболевание не так безобидно, как может показаться. Не стоит откладывать визит к врачу, ведь, если упустить первоначальную стадию холодовой аллергии, то последующее лечение может быть более серьезным.

Статья подготовлена заведующей поликлиническим отделением, врачом дерматовенерологом высшей категории Ишимского филиала ГАУЗ ТО «Областной кожно-венерологический диспансер» Ю.Е. Платовой.