

ХАРЧОВА АЛЕРГІЯ

Семко Т.В., канд. техн. наук, доц.,
Іваніщева О.А., ст.викладач

Вінницький торговельно–економічний інститут КНТЕУ

В зв'язку з погіршенням техногенної ситуації в Україні постає питання, що таке алергени та як з ними боротися.

Алергени – це антигени, які викликають у чутливих до них людей алергічні реакції: побутові (побутовий пил, крейда), епідермальні (волосяний покрив тварин, пух, пір'я, екскременти птахів, слина домашніх тварин), інсектиційні (мікрокліщі, таргани, комарі павукоподібні), пилкові (пилок різних рослин, частіше злакових і сорнякових трав та дерев), харчові (потенційно будь–який харчовий продукт може бути алергеном) [1].

Механізмом передачі алергічних реакцій може бути дихання, ін'єкція, контакт, їжа і вода також викликає харчову алергію. Харчова алергія виникає, коли імунна система людини приймає харчовий білок за чужорідну речовину. Імунні клітини реагують зазвичай на нешкідливі речовини. Під час алергічної реакції організм виділяє хімічні речовини, які викликають симптоми, що вражають очі, ніс, горло, шкіру і легені. Навіть дуже маленька кількість продукту–алергену може викликати реакцію у людей, що володіють підвищеною чутливістю. Як правило, білки, що містяться в продуктах харчування, виступають в ролі харчових алергенів [2]. Навіть після теплової обробки їжі і її подальшого перетравлення алергени можуть викликати алергічну реакцію.

В організмі ці реакції можуть бути помилкові, що призводить до харчової непереносимості – справжньої харчової алергії. Симптоми і реакція організму на деякі алергени, як правило, ті, що містяться у фруктах і овочах, настає, якщо їжу вжили в сирому вигляді. Наслідки такої реакції проявляються, головним чином, в горлі, ротовій порожнині, виникає головний біль, кишкові розлади, кропив'янка, свербіж, шкіряні набряки. Мізерна кількість харчових алергенів здатна спровокувати реакцію у алергетиків. Наприклад, у людини, що страждає алергією на арахіс, може виникнути алергічна реакція на продукт, який був проведений на тому ж обладнанні, що і арахіс. Якщо кухонний посуд контактував з харчовим алергеном, а потім з їжею, яку вжив алергетик, алергічна реакція не змусить себе довго чекати. Більш того, запах харчового алергену може стати причиною розвитку алергії [3,4].

Тривалість і тяжкість симптомів алергії різні. Вони можуть проявитися де завгодно протягом декількох хвилин або годин в результаті впливу харчового алергену. Анафілактичний шок – найважча форма алергічної реакції. До самих важких симптомів анафілаксії відносяться знижений кров'яний тиск, погіршене дихання, стан шоку, втрата свідомості, які можуть призвести до смерті. Найчастіше харчова алергія розвивається на перших роках життя. Потім у наступні десять років гіперчутливість слабшає у більшості алергетиків.

Більшість видів алергії передаються у спадок, тобто від батьків до дітей. Якщо бути більш точним, передається схильність до алергії. Так як діти не обов'язково успадковують алергію на той же самий алерген, який викликає алергію у їхніх батьків.

У деяких випадках алергія на один продукт може призвести до виникнення чутливості до схожого продукту, який містить такий же або подібний білок, що і продукт–алерген. Наприклад, якщо у людини є алергія на пилок беріз, то в результаті вживання білків, що містяться в таких фруктах, як персики, яблука, слива і вишня, з'явиться свербіж у роті та горлі.

У деяких алергетиків, що зазнають симптоми сезонної алергії, після поїдання свіжих фруктів спостерігається погіршення симптомів. Така реакція називається синдромом харчової алергії [5].

Від алергії на один мільйон людей помирає 16 людей щодня. Симптоми алергії можуть бути такими: складне становище при ковтанні або проголошені слів, утруднення дихання в зв'язку з гострою астмою або пухлиною в роті, висипи по всьому тілу, почервоніння шкіри, раптове відчуття слабкості, пухлина в горлі і роті, спазми в животі, нудота, блювота, непритомний стан і втрата свідомості.

Грунтуючись на інгредієнти з вмістом алергенів, що використовуються в даний період часу заводами, всі алергени були розділені на групи:

1. Молоко (коров'яче, козяче, буйвола і ін.).
2. Горіхи (фундук, волоський горіх, бразильський горіх, мигдаль, кеш'ю пекан, фісташка, австралійський горіх, кіндаль, каштан і соснові шишки).
3. Каші з вмістом глютену (жито, пшениця, кукурудза, ячмінь, соя, боби, горіхи, сочевиця).
4. Яйця (курячі, а також інших птахів).
5. Помаранчеві і червоні плоди, також авокадо.
6. Полуниця, персик, хурма, апельсини, буряк, гранати, морква.
7. Морепродукти і риба (всі види і рибні продукти).
8. Діоксид сірки (міститься у винограді).
9. Селера (стебло селери і селера коренева).
10. Гірчиця (насіння, борошно і масла).
11. Кунжут (включаючи масло, таїни).
12. Люпинове борошно (стручки, чії насіння використовуються для виробництва борошна для печива, макаронів, соусів та ін.).
13. Молюски (наприклад мідії, устриці, кальмари, восьминіг, равлики).
14. Ракоподібні (омар, краб, креветка і лангуст).

Відповідно до даних Американської Академії Алергії, Астми і Імунології, шість продуктів харчування є причинами розвитку 90% харчових алергій. Це молоко, арахіс, соя, яйця, пшениця і лісові горіхи (наприклад, волоський горіх). Зазвичай діти «переростають» алергію на молоко, яйця та сою. Однак, алергія на арахіс, лісові горіхи, рибу та молюски з віком не проходить.

Алергія на коров'яче молоко може розвинути в будь-якому віці. Але все ж, цей різновид алергії найбільше поширений серед немовлят. За оцінками, у двох–трьох відсотків немовлят є алергія на молоко, але зазвичай вона

проходить по досягненню дитиною трьох–п'яти років. Діти, вигодувані грудьми, менш схильні до ризику розвитку алергії на коров'яче молоко, ніж діти, які отримали штучне вигодовування.

Симптоми алергії можуть проявитися відразу після перетравлення або через сім днів після вживання алергену. Матерям дітей–алергіків варто обмежити вживання коров'ячого молока. Білок коров'ячого молока, що провокує алергічну реакцію, може перейти від матері до дитини під час грудного годування.

Усі заводи харчової промисловості повинні мати список алергенів, що використовуються в даний час із зазначенням рецептур, концентрації (кількостей) і статусу (рідина, бісквіт, порошок, зернові ...). У доповненні до даного списку, з урахуванням специфіки кожного заводу, інші алергени можуть бути включені в список на місцевому рівні (наприклад, селера).

Згідно з європейським законодавством та директивою ЄС 2008 року підприємства повинні захищати споживача, гарантувати достовірну інформацію шляхом внесення інформації на етикетку. В разі присутності алергенів вони маркуються як компонент продукту або ідентифікуються як інгредієнт [6].

Згідно всієї вище викладеної інформації, на підприємстві формується політика по алергенах з метою керівництва ними та відповідності їх вимогам нормативної документації.

Література:

1. Білоткач І. А. Інституціональне забезпечення розвитку інфраструктури ринку органічної сільськогосподарської продукції. Інвестиції: практика та досвід № 3/2019. С. 12–20.

2. Мартинюк М. П. Державне регулювання органічного виробництва: стан та перспективи розвитку / М. П. Мартинюк // Матеріали доповідей учасників V Міжнародної науково–практичної конференції "Органічне виробництво і продовольча безпека". Житомир : ЖНАЕУ, 2017. С. 5–10.

3. Милованов Є.В. Регіональна підтримка органічного агровиробництва у світі. Науковий вісник Ужгородського Університету 2018 Серія Економіка. Випуск 2 (52). С. 63–74.

4. Буга Н. Ю. Яненко І. Г. Перспективи розвитку органічного виробництва в Україні. Актуальні проблеми економіки № 2 (164), 2015. С. 117–125.

5. Healthy food is nutritious, but organic food is healthy because it is pure: The negotiation of healthy food choices by Danish consumers of organic food /K. Ditlevsen, P. Sandoe, J. Lassen // Food Quality and Preference. – Vol. 71, January 2019, – P. 46–53.

6. Productivist or multifunctional: An activity theory approach to the development of organic farming concepts in Sweden/ W. Świergiel , M. P. Querol, B. Rämert, M. Tasin & I.Vänninen// Agroecology and Sustainable Food Systems // Vol. 42, 2018. – Issue 2. – P.– 210–239.