

Renata Bieżanowska-Kopeć, Barbara Piekło, Teresa Leszczyńska, Joanna Kapusta-Duch

CZĘSTOTLIWOŚĆ WYSTĘPOWANIA NADWRAŻLIWOŚCI POKARMOWYCH WŚRÓD OSÓB W WIEKU 10–30 LAT – BADANIA ANKIETOWE

Katedra Żywienia Człowieka, Uniwersytet Rolniczy
Kierownik: prof. dr hab. inż. *T. Leszczyńska*

Celem pracy była, na podstawie badań ankietowych, wstępna ocena częstotliwości występowania nadwrażliwości pokarmowych, wśród mieszkańców województwa Małopolskiego i Podkarpackiego, w wieku 10–30 lat. Wykazano, że prawie 1/3 ogółu respondentów, w subiektywnej ocenie, deklaruje nadwrażliwość pokarmową, w szczególności młodzież w przedziale wiekowym 16–18 lat. Najczęściej produktami alergizującymi oraz alergenami okazały się: konserwanty, czekolada oraz mleko.

Słowa kluczowe: nadwrażliwość pokarmowa, dzieci, dorośli
Key words: food hypersensitivity, children, adults

Choroby alergiczne są szeroko rozpowszechnione wśród społeczeństwa. Około 20–30% populacji doświadcza objawów tej choroby. Etiologia rozwoju alergii nie jest do końca poznana. Wśród nich najczęściej wymieniane są: poprawa warunków higienicznych, zmiany środowiskowe i społeczne, zmiany żywieniowe oraz predyspozycje genetyczne (1–4). Niepożądane reakcje na pokarmy i syntetyczne dodatki do żywności, tj. konserwanty, aromaty, barwniki czy słodziki, w literaturze przedmiotu wymieniane są jako jedne z ważniejszych przyczyn alergii. Są one uwarunkowane przez różnorodne patomechanizmy. Alergia pokarmowa definiowana jest jako nieprawidłowa odpowiedź immunologiczna organizmu, stymulowana spożytym pokarmem, powodująca występowanie objawów klinicznych. Objawy te przyjmują tę samą postać i zawsze pojawiają się po spożyciu pokarmu, na który dana osoba jest uczulona (5, 6). Częstość występowania tego zjawiska zależy od wielu czynników, takich jak: warunki i nawyki żywieniowe oraz tradycje kulturowe czy etniczne.

Według badań przeprowadzonych przez Główny Urząd Statystyczny w 2009 roku, liczba osób dotkniętych alergiami wynosiła 2707,1 tys., co stanowiło 8,5% społeczeństwa cierpiącego na choroby przewlekłe. W tej grupie mężczyźni stanowili 1047,1 tys. (6,9%), a kobiety 1660 tys. (9,9%) osób. Alergia najczęściej występowała wśród młodzieży w wieku 15–19 lat i dotyczyła 9,3% mężczyzn oraz 13% kobiet. Spośród dzieci, alergia występowała w 17% populacji, najliczniej w przedziale wiekowym 5–9 lat (10).

Celem niniejszej pracy była ocena częstotliwości występowania nadwrażliwości pokarmowych, w opinii własnej ankietowanych, w zależności od wieku, płci oraz miejsca zamieszkania. Dodatkowo zwrócono uwagę na alergeny pochodzenia żywnościowego, najczęściej uczulające wśród badanej populacji.

MATERIAŁ I METODY

Badaniami ankietowymi objęto łącznie 172 osoby, w wieku 10–30 lat, z województwa Małopolskiego (studenci) i Podkarpackiego (dzieci ze szkoły podstawowej oraz gimnazjum). Odpowiedzi na temat występowania nadwrażliwości pokarmowych, w opinii własnej, udzielali sami ankietowani. Ocenianą populację przydzielono do trzech podgrup, w zależności od: zakresów wiekowych (10–12, 13–15, 16–18 i 19–30 lat), płci (kobiety i mężczyźni) oraz miejsca zamieszkania (wieś, miasto do 50 tys., miasto od 50 do 100 tys. i miasto powyżej 100 tys. osób) (tab. I).

Do badań wykorzystano ankietę opracowaną w Katedrze Żywienia Człowieka Uniwersytetu Rolniczego im. Hugona Kołłątaja w Krakowie, dotyczącą występowania nadwrażliwości pokarmowych na wybrane produkty spożywcze oraz alergeny (tab. III).

Ocenę statystyczną istotności różnic w częstotliwości występowania nadwrażliwości pokarmowych, w zależności od wymienionych powyżej czynników, opracowano przy pomocy programu Statistica 10, stosując test Chi-kwadrat Pearsona, przy poziomie istotności $p \leq 0,05$.

WYNIKI I ICH OMÓWIENIE

Częstotliwość występowania nadwrażliwości pokarmowych

Spośród 172 ankietowanych, niepożądane reakcje na spożywane pokarmy, w opinii własnej respondentów, zadeklarowało 27,9% ogółu badanych (48 osób). Spośród dorosłych, nadwrażliwość na pokarm dotyczyła 20,8% ankietowanych, z kolei wśród osób do 18 roku życia 79,2%. W skład tej populacji wchodziły dzieci od 10 do 12 lat (16,7%), a także młodzież w wieku 13–15 i 16–18 lat (odpowiednio 14,6 i 47,9%) (tab. II).

Podobne wyniki otrzymali *Wysocka* i wsp. (8), w badaniach ankietowych przeprowadzonych wśród dorosłych mieszkańców Łodzi. Według wymienionych autorów, uczulonych było 28,9% ankietowanych. W innych badaniach określono, że liczba osób cierpiących na alergię pokarmowe wynosiła od 1 do 5% populacji (5, 7). Występujące różnice pomiędzy uzyskanymi danymi mogły być spowodowane małą liczbą ankietowanych (172 osoby) w niniejszej pracy.

Występowanie nadwrażliwości pokarmowych w zależności od wieku

Grupą najbardziej wrażliwą, na występowanie nadwrażliwości pokarmowych, były osoby w przedziale wiekowym 16–18 lat (47,9%) (tab. II), jednakże pod względem wrażliwości na sumę występujących produktów alergizujących, populacja w zakresie 19–30 lat (20,8%). Osoby z tej podgrupy wyróżniły łącznie aż 43 różne czynniki alergizujące (tab. III). Drugą, pod względem liczby występowania tego rodzaju problemów pokarmowych, była młodzież w wieku 16–18 lat (40 alergenów).

Tabela I. Charakterystyka respondentów

Table I. Respondents profile

Zakresy wiekowe (lata)	Płeć		Razem	Odsetek ogółu respondentów	Miejsce zamieszkania				Razem	Odsetek ogółu respondentów
	Liczba kobiet (K)	Liczba mężczyzn (M)			Wieś	Miasto <50 tys.	Miasto 50–100 tys.	Miasto >100 tys.		
(1) 10–12	13	9	22	12,8	0	1	21	0	22	12,8
(2) 13–15	20	22	42	24,4	10	0	32	0	42	24,4
(3) 16–18	31	42	73	42,4	19	7	46	1	73	42,4
(4) 19–30	20	15	35	20,3	6	7	12	10	35	20,3
Suma	84	88	172	100	35	15	111	11	172	100
Odsetek ogółu respondentów	48,8	51,2	100		20,3	8,7	64,5	6,4	100	

Tabela II. Liczebność osób wrażliwych na czynniki alergizujące

Table II. The number of people susceptible to allergic agents

Zakresy wiekowe (lata)	Płeć		Razem	Odsetek osób*	Miejsce zamieszkania				Razem	Odsetek ogółu respondentów
	Liczba kobiet (K)	Liczba mężczyzn (M)			Wieś	Miasto <50 tys.	Miasto 50–100 tys.	Miasto >100 tys.		
(1) 10–12	4	4	8	16,7	0	1	7	0	8	16,7
(2) 13–15	5	2	7	14,6	0	0	7	0	7	14,6
(3) 16–18	11	12	23	47,9	9	3	11	0	23	47,9
(4) 19–30	5	5	10	20,8	2	1	7	0	10	20,8
Suma	25	23	48	100	11	5	32	0	48	100
Odsetek osób*	52,1	47,9	100		22,9	10,4	66,7	0	100	

*Odsetek osób wykazujących nadwrażliwość pokarmową

Najczęściej wskazywanym alergenem, wśród wszystkich respondentów, były dodatki do żywności, tj. konserwanty (45,8% ogółu uczulonych). Ponadto wśród dzieci (10–12 lat), najczęściej alergizującymi produktami były mleko oraz miód. Młodzież w przedziale wiekowym 16–18 lat, zazwyczaj zaznaczała czekoladę, mleko i owoce, a dorośli dodatkowo orzechy oraz laktozę. Analiza statystyczna wyników nie wykazała istotnych zależności pomiędzy wiekiem ankietowanych, a występowaniem nadwrażliwości pokarmowych.

W większości dostępnych publikacji stwierdzano, że alergie pokarmowe występują najczęściej u dzieci (4, 5). W niniejszej pracy alergie wśród dzieci i młodzieży do lat 18 deklarowało 79,2% ankietowanych z występującą nadwrażliwością pokarmową, ale większość z nich przypadała na wiek 16–18 lat (47,9%). Taki rozkład wyników może świadczyć jedynie o tendencji do wzrostu ($P > 0,05$) tego rodzaju zaburzeń pokarmowych wraz z wiekiem ocenianej populacji.

Spośród wymienionych w ankiecie alergizujących produktów i dodatków spożywczych, najliczniej zaznaczanymi były: konserwanty, czekolada oraz mleko (odpowiednio 45,8; 25,0; 20,8%). W dalszej kolejności wskazywano również orzechy, gluten i owoce (tab. III). Dane te są zbieżne z wynikami badań innych autorów (11), którzy podkreślali, że najczęściej występującymi alergenami były mleko i czekolada. Podobnie jak w niniejszych badaniach, również *Majkowska-Wojciechowska* i wsp. (11) oraz *Kurek* (12) zwrócili uwagę na owoce (głównie cytrusowe) a dodatkowo jaja kurze, jako jedne z najczęściej uczulających produktów żywnościowych.

Najrzadziej wyróżnianymi przez osoby ankietowane, produktami uczulającymi, były: przyprawy, ryby, skorupiaki oraz mięso. Wyniki te odbiegają od innych danych (13), według których to ryby i skorupiaki stanowiły najczęstszy alergen pokarmowy wśród dorosłych oraz częsty u dzieci. Rozbieżności pomiędzy otrzymanymi wynikami można tłumaczyć zbyt małym spożyciem w Polsce ryb i skorupiaków. Z tego względu, wiele osób może nie mieć świadomości występowania nietolerancji pokarmowych, po spożyciu wymienionych produktów.

Wstępowanie nadwrażliwości pokarmowych w zależności od płci

Spośród wszystkich ankietowanych, kobiety stanowiły 48,8% (84 osób), a mężczyźni 51,2% (95 osób) ogółu badanych (tab. I). Zgodnie z wynikami zawartymi w tab. III, kobiety były bardziej wrażliwe na czynniki alergizujące, niż mężczyźni (odpowiednio 52,1 i 47,9% osób). Nie stwierdzono jednak istotnych zależności ($P > 0,05$) pomiędzy płcią ankietowanych a częstością występowania czynnika alergizującego.

Wśród kobiet i mężczyzn najczęstszą przyczyną występowania tych zaburzeń pokarmowych były konserwanty. Uczulonych było na nie odpowiednio ok. 27 i 19% osób (tab. III). W następnej kolejności kobiety wskazywały czekoladę, mleko, orzechy i owoce (po 10,4%), natomiast mężczyźni czekoladę (14,6%) i gluten (10,4%).

Występowanie nadwrażliwości pokarmowych w zależności od miejsca zamieszkania

Wśród respondentów zamieszkujących wieś, odsetek osób podatnych na działanie co najmniej jednego alergenu wynosił ok. 23%. Spośród mieszkańców miast do

50 tys. osób, uczulonych było ok. 10% ankietowanych, natomiast wśród mieszkańców aglomeracji od 50 do 100 tys. już ok. 67% (tab. II). Jednakże w mieście >100 tys. mieszkańców, żadna z osób nie deklarowała występowania nadwrażliwości na pokarm.

Tab e l a III. Częstotliwość alergizującego działania składników i produktów żywnościowych

Tab l e III. The frequency of the components and products allergenic effect

Czynnik alergizujący	Zakresy wiekowe (lata)				Liczba osób	Płeć		Liczba osób	*Odsetek ogółu Respondentów
	(1)	(2)	(3)	(4)		(K)	(M)		
Czekolada	1	1	7	3	12	5	7	12	25,0
Gluten	1	2	2	3	8	3	5	8	16,7
Jaja kurze	1	0	2	1	4	4	0	4	8,3
Kakao	0	1	1	2	4	2	2	4	8,3
Konserwanty	5	3	4	10	22	13	9	22	45,8
Laktoza	1	1	1	4	7	2	5	7	14,6
Mięso	0	0	1	1	2	2	0	2	4,2
Miód	2	0	1	0	3	2	1	3	6,3
Mleko	2	0	5	2	9	5	4	9	18,8
Orzechy	0	1	3	4	8	5	3	8	16,7
Orzeszki ziemne	0	1	3	2	6	4	2	6	12,5
Owoce	1	1	4	1	7	5	2	7	14,6
Przyprawy	1	0	0	0	1	1	0	1	2,1
Ryby	0	0	0	2	2	1	1	2	4,2
Skorupiaki	0	0	0	2	2	1	1	2	4,2
Soja	0	0	2	2	4	2	2	4	8,3
Warzywa	0	0	2	1	3	2	1	3	6,3
Ziarna sezamu	0	0	1	2	3	2	1	3	6,3
Ziarna zbóż	1	2	1	0	4	0	4	4	8,3
Inne	0	0	0	1	1	1	0	1	2,1
Ogółem	16	13	40	43	112	62	50	112	
Odsetek ogółu respondentów	33,3	27,1	83,3	89,6		55,4	44,6		

Zakresy wiekowe: (1) 10–12, (2) 13–15, (3) 16–18, (4) 19–30 lat

*odsetek udzielonych odpowiedzi, w odniesieniu do sumy wszystkich osób uczulonych

Więcej uczulonych respondentów pochodziło z miast od 50 do 100 tys. mieszkańców, niż ze wsi. Potwierdzają to również inni autorzy, którzy wśród wielu ważniejszych przyczyn alergii, wskazują zanieczyszczenie powietrza w wielkich aglomeracjach miejskich (4).

WNIOSKI

1. Liczba osób deklarująca nadwrażliwość pokarmową, w ocenie subiektywnej badanych, wynosiła prawie 1/3 ogółu respondentów.
2. Blisko połowa osób, dotkniętych niepożądanymi reakcjami pokarmowymi, wskazywała na więcej niż jeden czynnik alergizujący.
3. Najczęściej uczulającymi składnikami bądź produktami żywnościowymi były: konserwy, czekolada oraz mleko.
4. Częstotliwość występowania nadwrażliwości pokarmowych, w zależności od analizowanych czynników (wiek, płeć, miejsce zamieszkania) nie była istotna statystycznie ($P > 0,05$).

R. Bieżanowska-Kopeć, B. Piekło, T. Leszczyńska, J. Kapusta-Duch

FREQUENCY OF FOOD HYPERSENSITIVITY AMONG PEOPLE AGED 10–30
– QUESTIONNAIRE SURVEYS

S u m m a r y

The aim of the study was to evaluate the frequency of food hypersensitivity among Sub-Carpathian and Malopolska Voivodeship inhabitants, at the age of 10–30, based on questionnaire surveys. It has been shown that almost 1/3 of the respondents, in their subjective assessment, complained of food hypersensitivity, especially young people in the age range 16–18. Preservatives, chocolate and milk were the most common allergen products.

PIŚMIENNICTWO

1. Björkstén B., Crevel R., Hischenhuber C., Løvik M., Samuels F., Strobel S., Taylor S.L., Wal J.-M., Ward R.: Criteria for identifying allergenic foods of public health importance. Regul. Toxicol. Pharmacol., 2008; 51(1): 42–52. – 2. Kaczmarek M., Korotkiewicz-Kaczmarek E., Bobrus-Chociej A.: Aspekty epidemiologiczne, kliniczne i społeczne alergii pokarmowej. Część III. Aspekty społeczne alergii pokarmowej. Przegl. Pediatr., 2009; 39(2): 139–142. – 3. Feleszko W.: Prewencja chorób alergicznych u dzieci. Postępy Nauk Med., 2008; 9: 606–610. – 4. Obtulowicz K.: Alergologia praktyczna. Wyd. Lek. PZWL, Warszawa 2010. – 5. Mylek D.: Alergie. Wyd. W.A.B., Warszawa 2001. – 6. Bartuzi Z.: Nowe spojrzenie na alergeny pokarmowe. Alergia, 2011; 2: 31–37. – 7. Kalinowski P., Mirosław K.: Rozpowszechnienie alergii pokarmowych wśród pacjentów oddziału alergicznego. Pielęg. Pol., 2014; 1(51): 9–12. – 8. Kaczmarek M., Matuszewska E.: Diagnostyka alergii i nietolerancji pokarmowej u dzieci. Alerg. Astma Immun., 2000; 2: 77–81. – 9. Wysocka M., Jędrzejczak-Czechowicz M., Kowalski M.L.: Nadwrażliwość na pokarmy wśród dorosłych mieszkańców Łodzi – badanie ankietowe. Alerg. Astma Immun., 2007; 12(4): 191–199. – 10. Schwarz G., Carlsson S.: Alergie pokarmowe. Przyczyny, rozpoznawanie, prawidłowe odżywianie. Wyd. Lek. PZWL, Warszawa 2003. – 11. GUS: Stan zdrowia ludności Polski w 2009 R. Data publikacji 07.07.2011: 128–137. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/zdrowie/zdrowie/stan-zdrowia-ludnosci-polski-w-2009-r,6,5.html>. – 12. Majkowska-Wojciechowska B., Wardzyńska A., Wysocka M.: Nadwrażliwość na pokarmy wśród dzieci szkolnych w Łodzi – wyniki badań ankietowych EUROPREVALL. Alerg. Astma Immun., 2009; 1: 35–44. – 13. Kurek M.: Alergia i pseudoalergia pokarmowa u młodzieży i osób dorosłych. Alerg. Astma Immun., 1998; 2: 77–81. – 14. Marszałkowska J., Gutowska J., Samoliński B.: Częstość występowania dodatnich testów skórnych an alergeny pokarmowe w specjalistycznej poradni alergologicznej. Alerg. Astma Immun., 2007; 3: 160–164.