



ARRAIN ETA ITSASKIEK ERAGINDAKO ALERGIA

Zer da arrain eta itsaskiek eragindako alergia?

Arraina da, itsaskiekin batera, alergia gehien eragiten duen elikagaietako bat. Arrainek eragindako alergia **organismoak ematen duen aurkako erantzun** bat da, arrainak hartu ondoren agertzen dena, **IgE antigorputzetan zehar igarotzen den mekanismo immunologikoaren bidez**. Zenbaitetan, nahiz eta askoz ere gutxiagotan izan, pertsonak erreakzio immunologikoak izan ditzakete, baina horiek ez dira IgE immunoglobulinaren bidez igarotzen.



Arrainek alergikoak ez diren kontrako erreakzioak ere eragin ditzakete, oro har euren haragian substantzia toxikoen presentzia dagoelako. Erreakzio toxikorik ohikoena eskonbroidosia da, gehiegizko histamina (alergia faltsua) pilatzen duten arrainek sortzen dutena.

Arrain parasitatuak irenstean ere sor daiteke erreakzio alergikoa. Ingesta egiten duenak, parasito horrek alergia eragiten badio, erreakzio hori pairatuko du. *Anisaki simplex* parasitoaren larbak dira erreakzio horiek sortu ohi dituztenak.

Itsaskiek eragindako alergia ere arrainek eragindako alergiaren antzeko kontrako erreakzioa da, eta hori ere IgE bidez igarotzen da. Arrainaren kasuan bezalaxe, erreakzioak eragin ditzake, birusez, bakterioz zein toxinaz kutsatuta egoteagatik.

Arrainak eragindako alergia ez dago itsaskiek eragindako alergiarekin lotuta, nahiz eta bi alergiak aldi berean paira ditzaketen pertsonak egon ahal diren (ez da ohikoa).

Arrain eta itsaskien alergenok

Penintsulan, arrain gadiformeen (legatza, bakalada) eta pleuronektiformeen (nagusiki itsas oilarra) bidez sortzen dira erreakzio alergikoak. Eskonbriformeek (hegaluzea, berdela, hegalaburra) eragindako alergia ez da hain ohikoa, baina badaude zenbait kasu.

Zenbait arrainen kasuan (esate baterako, hegalaburraren kasuan), arraina prestatzeko metodo ezberdinen arabera alda daiteke alergikotasuna, eta tolerantziari bide eman diezaioke. Gizabanako batzuek kontserbako hegalaburraren aurreko tolerantzia dute, baina hegalabur freskoarekin zenbait alergia-sintoma agertzen dituzte.





Arrainaren alergenoko nagusiak parbalbumina izeneko proteinak dira, arrainen giharretako zeluletan egon ohi direnak. Termoegonkorak dira; hau da, beroaren aurreko erresistentzia dute eta kuzinatzean ez dira aldatzen.

Arrainak eragindako alergia pairatzen dutenak minberak izan daitezke zenbait arrain-espezieren aurrean; izan ere, espezie bakoitzeko parbalbuminak oso antzekoak dira euren artean, nahiz eta berdin-berdinak ez izan. Horrez gain, parbalbuminak ez diren bestelako proteinak ere deskribatu dira, eta horiek alergenoko gisa ere joka dezakete. Berariaz espezie jakin batekoak izaten dira.

Itsaskien kasuan, krustazeoek eragindako alergia izaten da ohikoena. Ganba da gehien aztertu den krustazeoa. Tropomiosinen taldeko proteina bat da alergenoko nagusia: termoegonkorra da, krustazeoak egosteko likidoan geratzen da eta egosteko lurrunen bidez garraia daiteke. Tropomiosina alergenikoak krustazeoetan zein moluskuetan identifikatu dira.

Arrainek eta itsaskiek eragindako alergiaren sintomak

Alergia-erreakzioak ingesta egin ondorengo 30-60 minutuko denbora-tartean agertu ohi dira: besteak beste, azkura, ubeldura itxurako azaleko urtikaria edo hantura leku jakin batzuetan. Horrez gain, digestio-sintomak (goragaleak, goitigaleak, beherakoa, sabel-mina) ere ager daitezke, bai eta arnasketako zenbait sintoma (doministikuak, asma) ere.

Zenbaitetan, erreakzioak gogorak edo oso larriak izan daitezke, organo bat baino gehiago egon daiteke tartean (anafilaxia) eta heriotza eragiteko arriskua ere egon daiteke. Asmatikoen erreakzio larriak garatzeko arrisku gehiago dute.

Alergia arraina irentsi gabe sor daiteke, arrain-lurrunak arnaste hutsarekin edo kontaktuaren bidez. Kontaktuak eragindako erreakzioak urtikaria sortzen du normalean. Arrain-lurrunak arnasteak asma-krisia e



Sintomak ingesta egin ondorengo 15 minutu eta 2 orduko tartean agertu ohi dira, nahiz eta arnasketako eta azaleko sintomak eta moluskuak eragindako alergia jasaten duten gaixoen artean erreakzio berantiarak deskribatu diren; esaterako, ingesta egin eta 7 ordura.





Itsaskiek eragindako alergiaren sintomak arrainek eragindako alergiaren sintomen antzekoak dira, eta horiek ingestaren bidez nahiz kontaktuaren edo arnasketaren bidez sor daitezke. Sintoma ohikoenak azkura, urtikaria (ubeldurak azalean) eta angioedema (hantura) izan ohi dira. Digestio-sintomak (goragaleak, gorakoa, beherakoa, sabelaldeko mina) eta arnasketakoak (doministikuak, asma) ere ager daitezke.

Nabarmentzekoa da proteina-ukipenak eragindako dermatitisa eta ukipen bidezko urtikaria. Horiek elikagaiak manipulatzean sortzen eta ekzema itxuran agertzen dira (hazkura, gorritasunak, ezkatatzea eta babak). Halaber, ubeldurak ager daitezke, nagusiki eskuetan.

Zenbaitetan, erreakzioak gogorak edo oso larriak izan daitezke, organo bat baino gehiago egon daiteke tartean (anafilaxia) eta heriotza eragiteko arriskua ere egon daiteke.

Alergia ohikoena zenbait krustazeo eta moluskuren aurreko aldi bereko minberatasuna da, baina konbinazio ezberdinetan ager daitezke.

