



Luftveisallergier

Høysnue, eller det korrekte medisinske navnet, allergisk rhinokonjunktivitt, er et stigende problem i den vestlige verden – og sikkert også andre steder. Opp mot én million dansker plages, eller har vært plaget, av en eller annen form for luftveisallergi.ⁱ Allergien kan være sesongbestemt, f.eks. bjørk- eller gressallergi, eller den kan være helårs som f.eks. støvallergi. Høysnue oppstår fordi kroppen reagerer uhensiktsmessig på partikler i luften. Den hyppigste årsaken til høysnue er pollen, mindre hyppig ses høysnuereaksjoner på husstøvmidd, kjæledyr eller muggsopp.

Når man får en allergisk reaksjon er det fordi kroppen oppfatter molekyler fra stoffer som sykdom som skal bekjempes, som andre mennesker finner harmløse. Det gjør kroppen ved å frigjøre bl.a. histaminer. Det er dette som gir de velkjente symptomene på høysnue. Disse symptomene likner til forveksling på symptomene på en forkjølelse. De mest alminnelige symptomene på en luftbåren allergi er: kløende, røde, irriterte og rennende øyne, og tett, kløende og rennende nese med nysetokter og kløe i halsen.

Diagnosen i vestlig medisin består av en kombinasjon av én eller flere av følgende: sykdomshistorie; prikktest hvor huden prikkes med små mengder av mistenkte materiale for å se om det fremkaller en reaksjon; eller blodprøver hvor nivået av allergiantistoffer (IgE) måles.

Hvilken medisin brukes til behandling av luftveisallergier?

Antihistamin

Antihistaminer er effektivt ved milde former for høysnue. Antihistaminer tas som nesedråper, piller eller øyedråper. De letter reaksjoner som kløe og hevelse, men de hjelper ikke på tett nese. De er mest effektive hvis de brukes innen kontakt med en allergen.

De mest vanlige bivirkninger ved bruken av antihistaminer er tretthet og munntørretthet.ⁱⁱ

Binyrebarkhormon

Nesespray som inneholder binyrebarkhormon brukes ved litt mer alvorlige symptomer. Igjen er det best når medisinen brukes forbyggende. Det kan gå et par uker før den fulle virkningen oppnås.

Vanlige bivirkninger av nesenspray er neseblod, ubehagelig smak og lukt, tørretthet i nesen og hodepine. 1-10%

av pasienter opplever disse bivirkningene. Noen opplever også nervøsitet og uro.ⁱⁱⁱ

Innsprøytninger med binyrebarkhormon brukes ved alvorlige symptomer. Innsprøytningene kan dog øke risikoen for benskjørhet med 60% og risikoen for diabetes med 40%.^{iv}

Allergivaksinasjon

Her gis mikrodoseringer av allergener, enten som tabletter eller innsprøytninger, gjentagende ganger over lengre tid – opp til flere år. På den måten vender kroppen seg til det og kan tolerere mer, før det kommer allergisymptomer.

Bivirkninger ved innsprøytning: Hevelse og kløe ved nålestikket, allergireaksjoner som høysnue, elveblest eller astma. I sjeldne tilfeller kan det gi allergisk sjokk.

Bivirkninger ved tabletter: Kløe under tungen, hvor tablettene skal oppløses, kløe og fornemmelse av hevelse i svelget.^v

Luftveisallergier i kinesisk medisin

Diverse teorier angående luftveisallergier

De symptomene som folk opplever ved en luftveisallergi er klassiske symptomer på en invasjon av Vind-Hete, Vind-Kulde eller Vind-Damp. Ved disse invasjonene er det tilstedeværelse av ytre xie qi i kroppens ytre aspekt, hvor wei qi har til oppgave å beskytte kroppen mot nettopp ytre xie qi. Xie qi forstyrrer funksjonaliteten til wei qi og dermed også Lungen. Disse forstyrrelsene viser seg ved de velkjente symptomene på luftveisallergi: kløende, røde, irriterte øyne, med tåreflom, og tett, kløende og rennende nese med nysetokter, samt kløe i halsen.

Den gjengse oppfattelsen av luftveisallergier i kinesisk medisin, er at personens wei qi er xu.^{vi} Det gjør at de lettere vil invaderes av xie qi enn andre mennesker, og det

er derfor de påvirkes av partikler som andre folk finner harmløse. Billedlig kan man si at rikets grensetropper ikke ivaretar deres funksjon av å forhindre invasjon av selve svake og harmløse inntrengende individer.

Noen folk mener at denne sårbarheten kan ha et element av xue xu.^{vii} I følge dem kan xue xu gjøre at det oppstår et tomrom og en disharmoni mellom wei qi, som flyter like under huden, og ying qi, som flyter sammen med xue. Det gjør personen mer sårbar overfor ytre xie qi og at ytre Vind kan fanges i dette tomrommet.

Svakheten i begge disse teorier er at mange folk som lider av allergi har et utmerket immunforsvar og lider ikke mer av forkjølelse, influensa og andre luftveislidelser, enn andre folk gjør. Tvert imot, er disse menneskene ofte noen av mine mest robuste pasienter. Dette burde ikke være tilfellet hvis de hadde wei qi xu. Faktisk burde luftveisallergi betraktes som en overaktiv wei qi, fordi den overreagerer overfor harmløse substanser. Hvis wei qi var svekket vil den nettopp ikke reagere kraftig nok ved kontakt med ytre patogener. Her har grensetroppene begynt å skyte på alt og alle. Grensetroppene er blitt «trigger-happy» og de skyter løs på kaniner, sommerfugler eller annet som beveger seg i buskene. Hvis det var wei qi xu, vil uvedkommende fremmede bare kunne passere forbi grensevaktene uten at de løftet øynene, for slett ikke å tale om deres rifler.

Personlig er jeg mer tilbøyelig til å se høysnue som en



Høysnue – et stigende problem i den vestlige verden.

Hete-reaksjon. Det er nemlig fordi wei qi ikke er svekket i sin funksjon, tvert imot. Det vi ser er en overreaksjon fra wei qi. Det kan godt være at det er situasjoner og individer, hvor allergiske reaksjoner skyldes wei qi xu; jeg synes bare ikke at jeg møter dem i min praksis. Samtidig har jeg også vanskelig for å akseptere wei qi xu som å være årsak til luftveisallergi på det teoretiske plan. For å forstå min tese blir vi nødt til å se på selve wei qi.

Hva er wei qi?

Wei qi er yang qi. Den beskytter kroppen, hovedsakelig mot Kulde. Det gjør den bl.a. ved å sirkulere varm yang qi under huden. Det vil si at wei qi er fysiologisk varm i sin natur. Hvis det er patologisk Hete i kroppens indre, vil

Heten i kraft av sin yang-natur stige oppad og utad. Den patologiske Heten vil få den fysiologiske varme wei qi til å over reagere, på den samme måten som andre substanser og organer i kroppen blir aggitert av Hete. Wei qi vil reagere for raskt og for kraftig, og den vil reagere overfor substanser eller former for qi, som ellers er harmløse.

Patologisk Hete

Patologisk Hete er tilstede hos veldig mange mennesker. Tre av de største kilder til patologisk Hete som stiger opp til det ytre aspekt av kroppen er: restpatogener; zang fu-Hete, Damp-Hete; stagnasjons-Hete.

Restpatogener er rester av ytre xie qi som ikke er blitt drevet ut eller nøytralisert av kroppens zheng qi. De kan oppstå når en person ikke har hvilt tilstrekkelig under og etter en sykdom. Typisk vil personen ha begynt å arbeide igjen for tidlig. Dette resulterer i at deres zheng qi ikke er tilstrekkelig sterk nok til å endelig bekjempe xie qi. Antibiotika er en annen stor kilde til restpatogener. Det er fordi antibiotika har en kald, nedoverdrenerende dynamikk. Denne dynamikken kan trekke en ytre xie qi dypere inn i kroppen, samtidig som den lukker svetteporene, så xie qi ikke kan drives ut den veien. Den tredje store kilden til restpatogener er vaksiner, hvor små mengder xie qi sprøytes direkte inn i kroppen og ned til qi-, ying- eller xue-nivået i forhold til teorien om de Fire Nivåer. I alle tilfellene vil den gjenværende xie qi ligge og genererer Hete som deretter kan stige opp til det ytre og aggitere wei qi.

Uhensiktsmessig kost, alkohol, tobakksrøyking, emosjonelle ubalanser, stress m.m. kan direkte generere Hete i diverse zang fu-organer. Disse etiologiske faktorene kan også føre til etablering av Damp-Hete, Phlegm-Hete, Xue Hete, matstagnasjon, qi-stagnasjon med mer. Det kan ofte oppstå en patologisk trekant hvor qi-stagnasjon, Milt qi xu og Damp-Hete blir gjensidig genererende. Som ved en restpatogen vil Hete kunne stige opp til det ytre og aggitere wei qi.

Forstyrrelsen av Vann/Ild-aksen

Patologisk Hete i det indre forklarer likevel ikke alle de tilfeller av luftveisallergi som vi møter i klinikken. En annen mekanisme kan være forstyrrelsen av Nyre- og Hjerne-aksen (eller Vann/Ild-aksen). Hvis Hjerne kommer ut av balansen kan keiseren miste styring med sine tropper og wei qi kan ikke lenger utføre sine oppgaver riktig. Forstyrrelsen av Hjerne/Nyre-aksen oppstår når det er:

- Nyre xu-tilstander, slik at Vann ikke kontrollerer Ild.
- Hjerne Hete, slik at Hjerne Ild blir for kraftig til at den kan temmes av Nyre Vann.
- Forstyrrelser og blokkeringer mellom de to polene (f.eks. Damp eller qi-stagnasjon i den midterste jiao).

Phlegm-Damp

Av og til opplever jeg pasienter i klinikken som helt klart har en allergi som har sin rot i en Phlegm-Damp-ubalanse. Symptomene bærer ikke bare preg av Phlegm-Damp, men de vil også provoseres av Phlegm-Damp-etiologiske faktorer. Det kan være to forklaringer. Deres allergi kan skyldes selve Phlegm-Damp-tilstanden. Det kan også være fordi stagnasjon av Phlegm-Damp har generert Hete som aggitere deres wei qi, som så aktiveres når den kommer i kontakt med pollen eller andre luftbårne allergener.

Wei qi xu

Til slutt er det den mer klassiske wei qi xu modellen, som står beskrevet i flere kinesisk medisinske tekstbøker.^{viii}

Behandling med akupunktur

Når man skal behandle allergier med kinesisk medisin er det veldig viktig å skille mellom *ben-* og *biao-*aspektene. Ved *ben* forstås årsaken til ubalansen eller sykdommen. *Biao* er de umiddelbare symptomene, i dette tilfellet den allergiske reaksjonen.

Vestlig medisin kan behandle den allergiske reaksjonen eller *biao*, men har det problemet at det ofte gir ubehagelige bivirkninger og i noen tilfeller kun har dårlig effekt på selve den allergiske reaksjonen. Vestlig medisin forholder seg sjeldent til *ben*-aspektet.

Kinesisk medisins styrke er at den kan behandle allergier uten å gi bivirkninger og at man kan behandle *ben* eller årsaken til allergien.

Med sesongbestemt allergi (høysnue) vil man arbeide med *biao* for å lindre og fjerne symptomene i pollensesongen og styrke de organer som forårsaker allergien utenfor sesongen. Med helårsallergi er man nødt til å jobbe med *ben* og *biao* samtidig.

Biao eller akutt behandling

Dette er den behandlingen som skal gis i allergisesongen. Ved helårsallergi er man nødt til å kombinere punktene til *biao* med punkter til den underliggende årsaken eller *ben*.

– Vind-Kulde:

Her vil det typiske være mer vandig ekspektorat fra nesen og øynene.

– Vind-Hete:

Her vil ekspektoratet være mer klebrig og det vil typisk være røde og kløende øyne.

– Vind-Damp:

Her vil det være mer hevelse i ansiktet og omkring øynene.

– Punkter til Vind-Kulde luftveisallergi:

GB 20, LI 4, LU 7, Ex-Hn 6 Erjian.

– Punkter til Vind-Hete luftveisallergi:

GB 20, LI 4, LI 11, LU 10, Ex-Hn 6 Erjian.

– Punkter til Vind-Damp luftveisallergi:

GB 20, LI 4, LU 7, LI 6, SP 9, Ex-Hn 6 Erjian.

– Hvis det er tett nese, tilføy:

LI 20, Ex-Hn 8 Bitong, Ex-Hn 1 Yintang, DU 23, BL 7, ST 40

– Hvis det er rennende nese, tilføy:

LI 20, Ex-Hn 8 Bitong, Ex-Hn 1 Yintang, DU 23, BL 7, SP 9, LU 5

– Hvis det er røde øyne, tilføy:

BL 1 eller BL 2, ST 1 eller ST 2, GB 1, Ex Hn 4 Yuyao, LI 11, GB 43, TE 3, LR 2

– Hvis det er hevelser i ansiktet, tilføy:

LI 6, ST 3, ST 5, ST 7, SP 9, LU 5

– Hvis det er kløe i halsen, tilføy:

Ren 23, LI 18, TE 6, GB 31, HT 7

– Hvis det er tegn på Phlegm-Damp, tilføy:

ST 40, SP 3 og SP 8.

Ben eller mellomliggende behandlinger

Minst tre måneder innen allergisesongen begynner og helst før, skal den grunnleggende årsaken behandles. Det vil si at man skal enten:

– Drenerer/utdrive Hete

– Harmonere Hjerte/Nyre-aksen

– Styrk wei qi

– Transformer Phlegm-Damp. □

Kilder:

i <https://hoefeber.astma-allergi.dk/hvaderhoefeber> [adgangsdato 31. marts 2019].

ii <https://netdoktor.dk/ordbog/antihistaminer.htm> [adgangsdato 31. marts 2019].

iii <https://netdoktor.dk/interactive/medicin/Avamys-id4391.html> [adgangsdato 31. marts 2019].

iv <https://www.dr.dk/nyheder/regionale/oestjylland/allergibehandlinger-giver-livstruende-bivirkninger> [adgangsdato 31. marts 2019].

v <https://www.apoteket.dk/medicin/medicinsk-behandling/allergi/allergivaccination> [adgangsdato 31. marts 2019].

vi **Maciocia, G.** (1994) *The Practice of Chinese Medicine*. Edinburgh, Churchill Livingstone.

PI46 og **Maclean, W & Lyttleton, J.** (1998) *Clinical Handbook of Internal Medicine*.

Campbelltown, University of Sydney p. 262-263.

vii **Buck, C.** (2002) pers. comm. *Chinese Herbal Medicine Herbal Course 2000-2003*

viii **Maciocia, G.** (1994) *The Practice of Chinese Medicine*. Edinburgh, Churchill Livingstone.

PI46 og **Maclean, W & Lyttleton, J.** (1998) *Clinical Handbook of Internal Medicine*.

Campbelltown, University of Sydney p. 262-263.