

## КОГДА ИММУНИТЕТ УСТРАИВАЕТ БУНТ

*Аутоиммунные заболевания*

**Аутоиммунные заболевания – сложные и трудноизлечимые патологии. Они возникают, когда иммунитет атакует здоровые клетки в организме.**

**Роль иммунной системы, которая представляет собой сеть тканей, органов и клеток, заключается в защите организма от захватчиков, инфекций и болезней. Но в результате ошибки, которую эта система иногда допускает, она случайно распознает здоровые клетки как чужеродных захватчиков и начинает их атаковать. Так появляется аутоиммунное заболевание.**

**Подобные расстройства трудно диагностировать, так как они часто имеют общие симптомы. Рассмотрим некоторые аутоиммунные заболевания и способы их лечения.**

### Целиакия: белок-«провокатор»

Эта болезнь также известна, как непереносимость белка глютена. Проблема возникает, когда иммунная система атакует слизистую кишечника и повреждает его ворсинки (выступы в виде крошечных пальцев на слизистой оболочке кишечника, которые поглощают питательные вещества).

Целиакия – уникальное среди всех аутоиммунных заболеваний, потому что известен триггер — «провокатор», дающий толчок для атаки на собственный кишечник. Этим триггером является белок глютен. Как только он удаляется из рациона, аутоиммунный процесс, вызывающий повреждение, останавливается, и кишечник приходит в норму. Наиболее известными симптомами целиакии являются признаки поражения пищеварительного тракта – хроническая диарея, боли в животе и быстрая потеря веса. Лечение пациентов с целиакией заключается в том, чтобы «не пускать» в кишечник глютеносодержащие продукты: этого вполне достаточно, чтобы остано-

вить аутоиммунный процесс и восстановить работу органа. Прежде всего под запрет попадают рожь, пшеница, ячмень, овес, все хлебобулочные и макаронные изделия, хлопья и отруби, их содержащие, вся промышленная «кондитерка», а также продукты, куда добавляют клейковину.

Употреблять в пищу можно продукты с пометкой «без глютена» (или «free gluten» на импортных товарах). Найти их можно в диетических отделах крупных гипермаркетов или в специальных магазинах для вегетарианцев.

### Ревматоидный артрит: страдают суставы

Это расстройство заставляет иммунную систему атаковать ткани, поражая суставы рук и ног болезненными отеками и скованностью. Женщины страдают от ревматоидного артрита в три раза чаще мужчин — причем дебют заболевания у них приходится на 30-35 лет. Установлено, что к заболеванию существует генетическая предрасположенность: учеными обнаружены антигены, которые приводят к изменению в иммунитете из-за воздействия некоторых инфекций. Такими возбудителями могут быть вирус Эпштейна-Барр, ретровирусы, возбудители краснухи, герпеса, цитомегаловирус, микоплазмы. В результате неверной иммунной реакции собственные клетки организма вырабатывают вещества, повреждающие синовиальную оболочку суставов.

Чтобы снять боль и воспаление, при ревматоидном артрите обычно рекомендуют принимать нестероидные противовоспалительные препараты. Если пациент попадает к ревматологу в острый период заболевания, то ему назначают высокие дозы глюкокортикоидов — такой способ лечения называется «пульс-терапией».

Хорошей новостью для больных ревматоидным артритом является недавнее открытие. Ученые выяснили, что отек и боль у таких пациентов вызваны обилием лейкоцитов в суставной жидкости. А остановить этот процесс, вероятно, поможет «отключение» специального клеточного белка.