Allergieën zijn overdreven reacties van ons immuunsysteem op onschadelijke stoffen uit de omgeving, zoals pollen of noten.

1. Afweersysteem
2. Overreactie
3. Antistoffen
4. Histamine
5. Symptomen-behandeling

Allergieën zijn eigenlijk een soort van foutjes in ons afweersysteem. Het afweersysteem is als een superheld die ons lichaam beschermt tegen indringers, zoals bacteriën en virussen. Maar soms raakt onze superheld in de war en valt hij onschuldige dingen aan, zoals pindanoten, stof, of zelfs kattenhaar. Dat noemen we allergieën.

Stel je voor dat je afweersysteem een voetbalteam is. Normaal gespeeld moeten ze de bal, of in dit geval, de ziektekiemen, wegtrappen. Maar bij allergieën gaat het team op hol en begint het te flippen over een vlinder die het veld op vliegt, terwijl de vlinder niets verkeerds doet.

Er zijn veel verschillende soorten allergieën. Sommige mensen krijgen een loopneus of niezen als ze in de buurt van gras of bloemen zijn. Dit noemen we hooikoorts. Anderen krijgen jeuk of rode bultjes van bepaald voedsel of huisdieren. Dan zijn er nog mensen die heel ernstig ziek kunnen worden als ze zelfs maar een klein beetje van iets eten waar ze allergisch voor zijn, zoals pinda’s. Dat kan heel gevaarlijk zijn.

Als iemand een allergie heeft, maakt het lichaam antistoffen aan tegen de stof waarvoor ze allergisch zijn. Deze stof noemen we een allergeen. Die antistoffen zorgen ervoor dat er in het lichaam stofjes vrijkomen, zoals histamine, die de symptomen van een allergie veroorzaken. Denk aan een verstopte neus, tranende ogen, of een zwelling.

Om erachter te komen of iemand een allergie heeft, kan een dokter testen doen. Een huidpriktest is een manier om dat te doen. Ze zetten dan een klein druppeltje van een allergeen op je huid en maken een klein prikje. Als je huid rood wordt en opzwelt, ben je waarschijnlijk allergisch voor die stof.

Gelukkig zijn er manieren om met allergieën om te gaan. Mensen met allergieën kunnen medicijnen nemen die de symptomen verminderen. Dat zijn vaak antihistaminica. Of ze moeten gewoon wegblijven van de dingen waarvoor ze allergisch zijn. En in sommige gevallen kunnen dokters een behandeling geven die immunotherapie heet, waarbij ze je lichaam langzaam laten wennen aan het allergeen, zodat je er niet meer zo sterk op reageert.

Dus, allergieën zijn een beetje als een superheld die te enthousiast wordt en de verkeerde vijand aanvalt. Het is lastig, maar met de juiste hulp en behandeling kunnen de meeste mensen met allergieën nog steeds alles doen wat ze willen. En wie weet, misschien worden ze zelf wel een beetje een superheld door te leren omgaan met hun allergieën.