Автор: admin
22.05.2014 15:56 -

Укрепляем иммунитет? Осторожно – последствия!

Множество новых лекарственных препаратов, появившихся на прилавках аптек в последнее время, гарантирует, если верить аннотациям, усиление иммунитета. Однако если вы обратитесь к любому грамотному доктору, он посоветует выбирать такие лекарства, в описании которых сказано, что они не влияют на иммунную систему человека. Почему?

На самом деле, ответ прост – очень уж сложная и непредсказуемая штука этот самый иммунитет, усилить который желают все подряд. Попробуйте представить огромную армию. В этой воображаемой армии, помимо генералов и солдат, есть и офицеры, и повара, и еще десятки и сотни людей. Каждый из них выполняет определенную задачу.

Иммунная система человека подобна этой армии. Если вдруг неприятель начинает наступление на каком-то конкретном фронте, к примеру, вирус попадает в кровь, то, чтобы победить врага, надо точно знать, как действовать. Генерал может отдать приказ выдавать всем солдатам двойную порцию на завтрак, обед и ужин, но едва ли это поможет. То же самое можно сказать и по поводу вооруженной армии – она необходима только в тех районах, которые атакованы врагом. Если в бой бросится весь наличный состав армии, то стратегически важные пункты могут остаться без необходимой защиты.

А ведь именно таким образом поступают очень многие люди, надеясь добиться усиления иммунитета с помощью приема многочисленных лекарственных препаратов. Но этот подход не приведет их ни к чему хорошему. В первую очередь, необходимо выяснить, что конкретно в вашей иммунной системе не в порядке, и только после этого можно начинать действовать.

Несколько миллионов клеток защищают организм человека от вирусов-врагов. Эти клетки делятся на множество отрядов. Приказы каждому отряду отдают определенные молекулы. Чтобы армия была боеспособна, каждая команда без исключения должна быть дана в нужное время и в нужном месте. Одни клетки, к примеру, нападают на всех чужаков, таких, как бактерии и вирусы, проглатывают и переваривают их, и в результате от врагов остается только мокрое место. Другие клетки борются с неприятелями иными методами – выделяют такие яды, от которых вирусы гибнут один за другим. Все это огромное сплоченное войско действует в сложном и определенном порядке, с которым не может сравниться даже настоящая действующая армия.

Самый сложный момент – аутентификация своих и чужих, т.е. врагов. Иммунитет, помимо функций защитника, имеет еще и функции надсмотрщика. Определенные клетки тщательно проверяют, имеются ли на оболочке подозрительных клеток специальные опознавательные знаки. Если клетки делают вывод, что в организм проник кто-то чужеродный, они приступают к выработке антител. По этим антителам, обнаруженным в крови, можно определить, что человек нездоров.

Кстати, таким же образом при вакцинации получается искусственный иммунитет. Человеку вводится белок вируса, клетки начинают производить антитела, и организм приводится в состояние боевой готовности. Но вакцина – это не вирус, поэтому человек остается здоров, а его иммунная система готова отразить болезнь, если она все же наступит.

Если не работает хотя бы одно из звеньев иммунитета, без сомнения, это очень плохо, так как в этом случае организм человека не может полноценно защищаться от болезней. Такое случается, к примеру, при плохой экологии, облучении, заражении СПИДом, при онкологических болезнях.

Но и чрезмерная активность иммунной системы, к которой так стремятся люди, всеми силами повышающие свой иммунитет, также не сулит ничего хорошего. Что же происходит на самом деле, когда здоровый человек, без консультации с врачом, начинает укреплять иммунитет и добивается своего?

В подобной ситуации иммунные клетки теряют способность правильно аутентифицировать своих и чужих. Они внезапно начинают борьбу с нормальными клетками, что приводит к разрушению здоровых клеток человека. Все это, в свою очередь, приводит к аутоиммунным болезням, таким, как, например, болезнь Бехтерева или ревматоидный артрит. Чересчур активная деятельность иммунной системы также может вызвать аллергические реакции, так как иммунные клетки начинают борьбу с обыкновенными молекулами пищевых белков и углеводов, ошибочно распознавая в них неприятелей, которых необходимо уничтожить.

Все знают, что нарушение работы звеньев иммунной системы приводит к различным болезням. Но не все в курсе того, что чрезмерная активность иммунитета также не приводит ни к чему хорошему. Поэтому следует запомнить, что во всем важна гармония и сбалансированность, и работа иммунной системы не является исключением.

Автор - **Екатерина Сумина**
Источник