



دکتر عبدالرضا وارسته

استاد دانشکده پزشکی و مرکز تحقیقات آلرژی-ایمونولوژی
دانشگاه علوم پزشکی مشهد

دکتر رامین قاسمی

فوق تخصص آلرژی و ایمونولوژی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

سرشناسه: وارسته، عبدالرضا، ۱۳۳۹ -

عنوان و نام پدیدآور: الفبای آلرژي غذایی /

عبدالرضا وارسته، رامین قاسمی.

مشخصات نشر: مشهد: وارستگان، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهري: ۱۴۷ ص.: جدول؛ ۱۷ × ۱۲ س.م.

فروست: الفبای علوم؛ ۸.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۰۳۳-۴-۵

وضعیت فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

موضوع: مواد غذایی - حساسیت

موضوع: حساسیت

شناسه افزوده: قاسمی، رامین

رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ ۷۲۰۲ و ۵۹۶ RC

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۹۷۵

شماره کتابشناسی ملی: ۲۱۷۱۵۹۳

الفبای آکرژی غذایی

دکتر عبدالرضا وارسته / دکتر رامین قاسمی

انتشارات وارستگان (وابسته به مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارستگان)

محمد جهانگیر فیض آبادی / اکرم عیدی قلعه شیری

مهندس مصطفی جهانگیر فیض آبادی

جیبی

اول

بهار ۱۳۹۰

۱۰۰۰ نسخه

۹۷۸-۶۰۰-۹۲۰۳۳-۴-۵

www.varapress.com

چاپ دقت

۲۵۰۰۰ ریال

حق چاپ برای انتشارات وارستگان محفوظ می باشد.

ناشر از همکاری آرمایشگاه تشخیص طبی، پردیس مشهد در چاپ این کتاب به منظور کمک به توسعه فرهنگ کتابخوانی در کشور قدردانی می کند.

مرکز پخش: مشهد، خیابان احمدآباد، بابک ۱، مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارستگان

تلفن: ۰۵۱۱ ۸۴۶۲۱۴۱-۶ (واحد انتشارات)

نام کتاب

بیدار آورندگان

ناشر

طراح و صفحه آر

ناظر فنی چاپ

قلم

نوبت چاپ

تاریخ چاپ

سمارگان

شابک

سایت

بازاریابی و تبلیغات

بها

ای که با نامت جهان آغاز شد دفتر ما هم به نامت باز شد

کیست که نداند، کتاب یک دوست همیشگی است و کیست که بتواند بیش از عدد انگشتان یک دست بشمارد دوستان این چینی را، دوستانی که پس از گذشت سال‌ها، اگر ببینیمشان نه لب به گلایه می‌گشایند و نه روی برمی‌گردانند، بلکه آغوش گرمشان را به نشانه استقبال می‌گشایند.

با وجود چنین دوستانی، چرا ما کمتر سراغ آن‌ها می‌رویم و کمتر با آن‌ها انس می‌گیریم؟ ممکن است این پاسخ به ذهن بیاید که لحظات به سرعت از ما می‌گریزند، و فرصت مطالعه را از ما می‌ستانند.

به نظر می‌رسد اگر قدر ثانیه‌های بدون بازگشت را می‌دانستیم و از لحظه‌های با شکوه موفقیت چیزی شنیده بودیم، وقتی را برای با کتاب بودن کنار می‌گذاشتیم، و با خواندن کتاب، انگیزه بیشتری برای پیمودن قله‌های موفقیت یکی پس از دیگری کسب می‌کردیم، اما هنوز دیر نشده است. بدون شک هیچ‌گاه برای یک شروع دوباره و آن هم خواندن کتاب دیر نیست. اگر به جای تلاش دوباره، حسرت ایام از دست رفته را بخوریم مانند این است که تمام شب را برای از دست دادن خورشید گریه کنیم که در این صورت، لذت دیدن ستاره‌ها را از دست خواهیم داد.

اینک برای گریز از این بن بست، انتشارات وارستگان قصد دارد دریچه‌ای نو به سوی خوانندگان خود بگشاید و مجموعه کتاب‌های الفبای علوم را با وزن علمی بالا، حجم پایین و بهای اندک منتشر نماید.

خواندن کتاب‌های الفبای علوم وقت چندانی از خوانندگان نمی‌گیرد و چون به زبان ساده‌ای نگاشته شده است، آن‌ها را در پیچ و خم دشواری‌های متن گرفتار نمی‌کند، با توجه به اندازه جیبی آن، در همه زمان‌ها و مکان‌ها قابل خواندن است و به دلیل راحتی حمل و نقل، همراه همیشگی خوانندگان خواهد بود.

کتاب‌های الفبای علوم در قالبی فشرده، موضوعات و مطالب تخصصی را به شیوه‌ای نوین به مخاطبان‌شان انتقال می‌دهد. از آن‌جا که این مجموعه موضوعات گوناگونی را شامل می‌شود، در کنار هم، دایره‌المعارف علوم را برای استفاده همگان تشکیل می‌دهند.

در انتها، انتشارات وارستگان دست همه نگارندگانی که تمایل به انتقال یک پیام، کلام، تجربه و مهارت را در قالب مجموعه‌ی الفبای علوم دارند به گرمی می‌فشارد. امید بر آن می‌رود که به فضل الهی الفبای علوم مقبول خاطر دوستان افتد و باشد که کوچه باغ‌های خاطری را طراوت بخشد.

دکتر احمد ابوالحسنی
مدیر انتشارات وارستگان

مقدمه پدید آورنده

سپاس آفریننده علم و دانش را که شرایط چاپ دوم از کتاب سوم، از مجموعه کتاب‌های آلرژی را فراهم ساخت. با توجه به اهمیت بیماری آلرژی و شیوع روز افزون آن، شناخت هر چه بهتر و بیشتر این بیماری می‌تواند در پیشگیری، تشخیص و درمان آن کمک نماید. پس از چاپ کتاب اول در ارتباط با کلیات بیماری‌های آلژیک، خوشبختانه کتاب دوم با عنوان "گیاهان آلرژی‌زای شایع ایران" در سال ۱۳۸۶ به چاپ رسید. در همین زمینه و با وجود اهمیت آلرژی غذایی، مخصوصاً در دوران کودکی، بر آن شدیم تا کتابی در این مورد نیز نگارش نمائیم. کتاب حاضر شامل ۱۱ بخش می‌باشد. در ۹ بخش اول این کتاب سعی شده است که علاوه بر توضیح مختصری در مورد کلیات بیماری‌های آلژیک، عوامل موثر در ایجاد بیماری‌های آلژیک، مواد غذایی آلرژی‌زا و آلرژن‌های آن‌ها توضیح داده شود. در دو بخش انتهایی به نکات بالینی در ارتباط با علائم بیماری‌های آلژیک و راه‌های تشخیص و درمان آن‌ها پرداخته شده است. این دو بخش توسط همکار گرامی، جناب آقای دکتر رامین قاسمی نگارش شده است که تشکر خاص از ایشان دارم.

در تمام متن کتاب سعی شده است مطالب بصورت ساده ارائه شوند تا برای عموم قابل استفاده باشد. برای دستیابی به این مهم این کتاب توسط افراد مختلف بازخوانی و اصلاح شده است که از همه این عزیزان (مخصوصاً خانم فاطمه حمید و خانم زهرا حسینی نژاد) تشکر می‌نمایم. جهت سهولت درک بهتر مطالب، در پایان کتاب فرهنگ لغات علمی کوچکی قرار داده شده است.

بدیهی است این کتاب خالی از اشکال نمی‌باشد، اما از شما عزیزانی که بر ما منت گذارده و اشکالات را به ما منتقل می‌نمایید، کمال تشکر را دارم.

در پایان لازم می‌دانم که از همکاری‌های صمیمانه تک تک دوستان گرامی، جناب آقای دکتر ابوالحسنی مدیر انتشارات وارسنگان، آقای مهندس مصطفی جهانگیر ناظر فنی و کارشناس مسئول انتشارات، آقای محمد فیض‌آبادی طراح کتاب و خانم اکرم عیدی صفحه‌آرای کتاب تشکر و قدردانی نمایم.

دکتر عبدالرضا وارسته

استاد ایمونولوژی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

اسفند ماه ۱۳۸۹

فهرست

صفحه	عنوان	فصل
	مقدمه و تاریخچه	
۲۰	مقدمه	اول
۲۰	تغذیه به عنوان یک نیاز اساسی	
۲۱	تغذیه به عنوان یک تفریح	
۲۱	تکنولوژی کشاورزی و تنوع غذایی	
۲۲	آلرژی، بیماری قرن ۲۱	
۲۳	تاریخچه آلرژی غذایی	
	سیستم ایمنی	
۲۶	مقدمه	دوم
۲۷	سیستم ایمنی اکتسابی	
۲۸	ایمنی اکتسابی هومورال	



فصل	عنوان	صفحه
آلرژی و مواد آلرژی‌زا		
۳	مقدمه	۳۲
	انواع بیماری‌های آلرژیک	۳۴
	مواد آلرژی‌زا	۳۴
	آلرژن	۳۵
	نام گذاری آلرژن‌ها	۳۶
۴	انواع آلرژن‌ها	۳۷
شیوع بیماری‌های آلرژیک		
۵	روند رو به رشد بیماری آلرژیک	۴۰
	هزینه‌های ناشی از بیماری‌های آلرژیک	۴۱
	شیوع انواع بیماری‌های آلرژیک	۴۲
عوامل موثر در ایجاد آلرژی		
۶	مقدمه	۴۶
	افزایش سطح آگاهی افراد	۴۸
	ژنتیک	۴۸
	سن بارداری	۴۹
	سطح سواد	۴۹



فصل	عنوان	صفحه
	عوامل موثر در ایجاد آلرژی	
۳	تعداد افراد خانوار	۴۹
	فرضیه بهداشت	۵۰
	بیماری‌های زمینه ای	۵۰
	آلودگی‌های زیست محیطی	۵۱
	نقش تغذیه با شیر مادر در ابتلا به آلرژی	۵۲
	آلرژی غذایی	
ششم	مقدمه	۵۶
	تحمل دهانی	۵۷
	انواع آلرژی غذایی	۵۸
	آلرژی غذایی نوع اول	۵۸
	آلرژی غذایی نوع دوم	۵۸
	مراحل شکل گیری پاسخ آلژیک	۶۰
	آلرژن‌های غذایی	
هفتم	مشخصات آلرژن‌های غذایی	۶۴
	عوامل موثر در آلرژی‌زایی پروتئین‌ها	۶۶



فصل	عنوان	صفحه
آلرژن های غذایی		
هفتم	انواع مواد خوراکی آلرژی زا	۶۹
	بادام زمینی	۶۹
	شیر گاو	۷۲
	تخم مرغ	۷۴
	گندم	۷۵
	آجیل ها	۷۶
	ماهی و غذاهای دریایی	۷۷
	سویا	۷۷
	پروتئین های دفاعی گیاهان	۷۸
واکنش متقاطع		
هشتم	واکنش آنتی ژن - آنتی بادی	۹۲
	مکانیسم واکنش متقاطع	۹۳
	پدیده واکنش متقاطع سندرم آلرژی دهانی	۹۸



صفحه	عنوان	فصل
عدم تحمل مواد غذایی		
۱۰۲	مقدمه	۳
۱۰۳	آلرژی یا عدم تحمل مواد غذایی	
۱۰۴	شیوع عدم تحمل غذایی	
۱۰۵	تفکیک آلرژی از عدم تحمل غذایی	
۱۰۵	عدم تحمل مواد غذایی ناشی از حضور ملکول‌های دارویی در مواد غذایی	
۱۰۹	افزودنی‌های غذایی	
۱۰۹	نقصان متابولیک	
۱۱۱	آلودگی مواد غذایی	
علائم بالینی آلرژی غذایی		
۱۱۴	مقدمه	۳
۱۱۵	علائم و نشانه‌های آلرژی غذایی	
۱۱۵	پوست	
۱۱۶	کهیر تماسی	
۱۱۶	اگزمای اتوپیک	
۱۱۷	دستگاه گوارش	
۱۱۷	کولیک و قلنج شیر خواران	



فصل	عنوان	صفحه
علائم بالینی آلرژی غذایی		
ع	سندرم آلرژی دهانی	۱۱۷
	بیماری سلیاک	۱۱۸
	التهاب روده باریک ناشی از پروتئین های رژیم غذایی	۱۱۸
	دستگاه تنفسی	۱۱۹
	آنافیلاکسی	۱۱۹
	آنافیلاکسی غذایی به دنبال ورزش	۱۲۰
	سایر واکنش های ناشی از مواد غذایی	۱۲۰
تشخیص و درمان آلرژی غذایی		
ز	مقدمه	۱۲۴
	درمان های دارویی	۱۲۷
	اپی نفرین	۱۲۷
	آنتی هیستامین ها	۱۲۸
	کورتیکواستروئیدها	۱۲۸
	کرومولین ها	۱۲۹
	ایمونوترپی یا حساسیت زدایی در آلرژی غذایی	۱۲۹

فصل	عنوان	صفحه
	تشخیص و درمان آلرژی غذایی	
بزرگوار	استفاده از آنتی بادی ضد IgE	۱۳۰
	طب سنتی چینی	۱۳۰
	سیر طبیعی آلرژی غذایی	۱۳۱
	پیشگیری از آلرژی های غذایی	۱۳۲
	فرهنگ لغات	۱۳۵
	منابع	۱۴۳

www.ketab.ir