

- چی شده دخترم؟

- توت‌فرنگی خوردم. سرم داره گیج می‌ره.

مادرم با نگرانی از آشپزخانه بیرون آمد و جلویم نشست. کمی با من دعوا کرد که چرا توت‌فرنگی خوردم، اما وقتی دید واقعاً حالم بد است، نگران‌تر شد. در واقع حس می‌کردم گلویم هم دارد ورم می‌کند و نفس کشیدن سخت می‌شود. مادرم وحشت‌زده بلند شد و به اورژانس زنگ زد. شنیدم که گفت: «دخترم به توت‌فرنگی حساسیت داره و الان خورده و حالش بد شده! نمی‌تونه نفس بکشه.»

صداهای اطراف داشتند محو می‌شدند و جلوی چشمم سیاهی می‌رفت. حس وحشتناکی بود. مادرم گفت روی کاناپه دراز بکشیم و پاهایم را بالا بگیریم. با دستپاچگی به این طرف و آن طرف می‌رفت و همسایه‌ها را صدا می‌زد.

کمی بعد پرستاران آمبولانس مرکز فوریت‌های پزشکی (اورژانس) رسیدند. یکی از آن‌ها به سرعت فشار خونم را گرفت و از مادرم سؤال‌هایی پرسید. یکی دیگرشان هم آمپولی به بازویم زد. یکی دو دقیقه بعد حس کردم دارم بهتر می‌شوم و راه نفسم باز می‌شود. دوباره

اسم من نرگس است. هشت ساله بودم که اتفاقی برایم افتاد و زندگی‌ام را تحت تأثیر خودش قرار داد؛ اتفاقی که هیچ‌وقت فراموشش نمی‌کنم. یک ظهر گرم تابستان جلوی تلویزیون نشسته بودم و داشتم کارتون مورد علاقه‌ام را می‌دیدم و توت‌فرنگی می‌خوردم. تا اینجا همه چیز عادی بود، غیر از اینکه من به شدت به توت‌فرنگی حساسیت داشتم. یک‌بار با خوردنش کل بدنم کهیر زده بود و برای همین هم مادرم اصلاً اجازه نمی‌داد بخورم. ولی این بار دور از چشم مادرم چندتا را در دهانم چپانده و به تلویزیون زل زده بودم.

در تلویزیون اوگی داشت در خانه دنبال سه تا سوسک می‌دوید که حس کردم صورتم شروع به خارش کرد. زیاد جدی نگرفتمش، ولی خارش داشت بیشتر می‌شد و دست‌ها و بعد کل بدنم را می‌گرفت. دست‌هایم قرمز و متورم شده بودند.

مادرم را که در آشپزخانه کار می‌کرد، صدا زدم، ولی جوابی نیامد. حس می‌کردم دارم تهوع و دل‌پیچه می‌گیرم و بعد سرگیجه گرفتم. دوباره مادرم را صدا زدم.

- مامان حالم خوب نیست!

### عاطفه پالیزدار



# دستان من و آنافیلاکسی

صداها و تصویر اطرافم واضح شدند و سرگیجه‌ام کمتر شد. ولی پرستار اورژانس گفت: «باید تو را به بیمارستان ببریم.»

در بیمارستان چند ساعت تحت نظر بودم. دکتر گفت: «تو دچار شوک حساسیتی شدی. دیگه نباید توت‌فرنگی بخوری.» بعد از چند ساعت بدون توضیح دیگری مرخص کردند و من هم بعد از مدتی از یاد بردم که چنین اتفاقی را از سر گذرانده‌ام.

یک سال بعد از آن ماجرا، با پدرم در چمن‌های پارک نشسته بودیم و آب‌میوه و بیسکویت می‌خوردیم. ناگهان حس کردم دوباره آن اتفاق دارد می‌افتد. بدنم قرمز شد و خارش گرفت. پدرم که حالم را دید با نگرانی به بیسکوییتی که خورده بودم، نگاه کرد. طعم توت‌فرنگی داشت! علائم تهوع، سیاهی‌رفتن چشم و تنگی نفس پشت سر هم داشتند ظاهر می‌شدند. خیلی ترسیده بودم. پدرم سریع بغلم کرد و دوان دوان به بیمارستانی رساند که در همان نزدیکی بود.

در اورژانس بیمارستان، پدرم علائم و سابقه‌ام را به پزشک گفت و او هم به پرستار گفت: «سریع یک آمپول اپی‌نفرین بهش بزنین!» پرستار آمپولی را به بازویم زد و دوباره آن علائم کم‌کم برطرف شدند.

دو روز در بیمارستان بستری شدم و روز دوم پدر و مادرم کنارم بودند که پزشک متخصص حساسیت (آلرژی) و ایمنی‌شناسی به دیدنم آمد. به پدر و مادرم گفت: «می‌خوام با شما درباره بیماری نرگس حرف بزنم.» توضیح داد که این حالت به علت حساسیت شدید به یک مجموعه مواد به‌وجود می‌آید و به آن «شوک آنافیلاکسی» می‌گویند. آنافیلاکسی؟! چه واژه عجیب غریبی! اولین بار بود که می‌شنیدم. فکر کنم مادرم هم همین‌طور بود، چون پرسید: «یعنی چی آقای دکتر؟ چرا این اتفاق برات می‌فته؟»

دکتر گفت: «چون به این مواد به شدت حساسیت داری و وقتی در معرضشون قرار می‌گیری، بدن به سرعت موادی رو آزاد می‌کنه که علائم حساسیت، مثل کهیر و خارش رو ایجاد می‌کنن. بعضی از این مواد باعث می‌شن که رگ‌های خونی گشاد بشن و فشار بیمار افت کنه. گاهی باعث می‌شن که گلوی بیمار ورم کنه و نفس کشیدن برات سخت بشه. یا مسیر هوا در ریه رو تنگ کنن و تنگی نفس و خس‌خس ایجاد کنن. این حالت اگه سریع درمان نشه، بسیار خطرناکه.»

پدرم با نگرانی پرسید: «خب برای درمانش باید چه کار کنیم؟ چه کار کنیم که دیگه این اتفاق برات نیفته؟»

دکتر گفت: «اولا باید موادی که بهشون حساسیت داری، شناسایی بشن و کاملاً از مصرف اون‌ها خودداری کنه. اما اگر تصادفاً این مواد رو مصرف کرد و دچار شوک آنافیلاکسی شد، لازمه که به سرعت دارویی به نام اپی‌نفرین بهش تزریق بشه.»

بعد آمپول عجیبی از کیفش درآورد و گفت: «برای اینکه در شرایط خطر بتونید فوراً علائم رو متوقف کنید، داروی اپی‌نفرین رو به شکلی

تولید کردن که خودتون بتونید به راحتی تزریقش کنید. به این دارو اپی‌پن یا قلم اپی‌نفرین می‌گن. نرگس باید این آمپول رو همیشه به همراه داشته باشه و به محض اینکه حس کرد داری دچار علائم آنافیلاکسی می‌شه، سریع به خودش تزریق کنه.»

اپی‌نفرین باعث می‌شه اثر اون مواد حساسیت‌زا متوقف بشه. رگ‌های خونی دوباره تنگ بشن و فشار خون بالا بیاد. مسیر هوا در ریه باز می‌شه و تا حد زیادی حال بیمار بهبود پیدا می‌کنه. گاهی ممکنه دو دوز یا بیشتر از اپی‌نفرین لازم باشه، برای همین هم همیشه دو تا آمپول به همراه داشته باشی. البته بعد از تزریق آمپول باید هرچه سریع‌تر به بیمارستان مراجعه کنی و چند ساعت تحت نظر باشی.»

دکتر بعد از اینکه در مورد نحوه تزریق دارو توضیحاتی داد، گفت هفته بعد به مطبش مراجعه کنیم. بعد هم رفت و ما را با هزاران سؤال و دلهره تنها گذاشت. از خودم می‌پرسیدم آخر چطور باید به خودم آمپول بزنم؟ یعنی باز هم دچار حمله می‌شوم؟ یعنی ممکن است در یکی از این حملات بلایی سرم بیاید؟ یعنی مدام باید بستری بشوم؟

فردای آن روز مرخص شدم و هفته‌ها گذشت. هر هفته به مطب دکترم می‌رفتم و مواد متفاوتی روی پوست دستم امتحان (تست) می‌شدند تا ببینم به چه موادی حساسیت دارم. معلوم شد که غیر از توت‌فرنگی، به گیلاس و انگور هم حساسیت دارم. سعی می‌کردم تا می‌توانم از این مواد دوری کنم. ولی سومین باری که آنافیلاکسی سراغم آمد، ربطی به این میوه‌ها نداشت؛ بلکه به خاطر نیش زنبور بود! پدرم آن قدر دستپاچه شده بود که نتوانست قلم اپی‌نفرین را برایم تزریق کند و مرا با خودرو به بیمارستان رساند.

یک بار دیگر هم به خاطر خوردن یک آنتی‌بیوتیک دچار کهیر شدم و با شجاعت به خودم اپی‌نفرین زدم؛ البته بعداً معلوم شد که اصلاً آنافیلاکسی نبوده و فقط یک واکنش حساسیتی ساده بوده است.

الان ۱۰ سال از آن اتفاقات گذشته و من همیشه دو قلم اپی‌نفرین به همراه دارم تا در صورت لزوم از آن‌ها استفاده کنم. همیشه در مهمانی و رستوران از میزبان می‌پرسم که آیا در غذایشان موادی که به آن‌ها حساسیت دارم، هست یا خیر. وقتی کوچک‌تر بودم، فکر می‌کردم دنیا برای من جای ناامنی است که در آن هر لحظه ممکن است با نیش یک حشره یا خوردن یک غذا زندگی‌ام به خطر بیفتد. حتی از گفتن اینکه به توت‌فرنگی حساسیت دارم خجالت می‌کشیدم و حس می‌کردم به خاطر بیماری‌ام با بقیه تفاوت دارم. ولی حالا می‌دانم که این فقط یک حساسیت است که هر کسی امکان دارد به آن مبتلا شود و با چند راهکار ساده می‌شود آن را تحت اختیار درآورد (کنترل کرد).