



VAKMERŐK

Írta Hiver't-Klokner Zsuzsanna Fényképezte Sárosi Zoltán

Védvonalunk őre

ERDEI ANNA Széchenyi- és Prima díjas immunológus, egyetemi tanár, az Eötvös Loránd Tudományegyetem Immunológia Tanszékének vezetője, a Magyar Tudományos Akadémia tagja, az Európai Immunológiai Társaságok Szövetségének főtitkára.

Csoda vagy áltudomány – miért ilyen szélsőséges a védőoltások megítélése?

Sajnos sokan hamis adatokra hivatkozva tagadják a védőoltások hasznát, pedig a gyermek-halálozás és a fertőző betegségek leküzdésében minden idők leghatékonyabb lépése volt, amikor világszerte bevezették a védőoltásokat. A történelem folyamán többen veszték oda járványokban, mint háborúkban és természeti katasztrófákban. A védőoltásoknak köszönhető, hogy a halálos ragályok eltűntek a mérsékelt égövi országokból.

Mi hogyan állunk ezen a téren?

Világviszonylatban is kimagaslóan jó, 98 százalékos az átoltottság mértéke. Van persze szülő, aki nem akarja gyermekét beoltatni, mondván, hogy már nincs mumpsz-, rubeola-, kanyaró-járvány. De hát éppen azért nincs, mert már jóformán mindenki be van oltva! Egyeseket valamilyen betegség, immunhiányos állapot miatt nem lehet immunizálni, ám őket is védi az úgynevezett nyájimmunitás: a beoltottak között nem terjedhet el a vírus vagy baktérium.

Van más módszer is az immunrendszer erősítésére?

Az immunrendszer több milliárd sejtből és molekulából áll, amelyek állandó mozgásban vannak: ellenőrzik, hol jelent meg leküzdendő kórokozó. Bonyolult, finoman szabályozott rendszer ez, nehéz lenne bármely alkotóelemét erősíteni, semmiféle tudományos bizonyítékunk nincs az e célra kínált immunerősítő szerek hatékonyságára. Ráadásul az igyekvés veszélyes lehet: egy ilyen szer, főként orvosi kontroll nélkül, akár autoimmun folyamatokat is beindíthat.

Akkor mit tehetünk? Mi a megelőzés legjobb, leghatékonyabb módja?

Szervezetünk egészségét kell erősíteni, éspedig úgy, hogy egészséges életet élünk, sokat sportolunk, mozgunk, helyesen táplálkozunk. Mindez nem csupán immunrendszerünkre hat, minden szervünkre, szervrendszerünkre jótékony hatást gyakorol. Gergely János, tanszékünk alapítója mondogatta: ha van egy jól működő óránk, azt sem vesszük el az óráshoz azzal, hogy csináljon belőle még jobbat – a jól működő rendszerbe semmi értelme belenyúlni. Életünk velejárója, hogy néha megfázunk, megfertőzödünk, megbetegszünk. Ha jól működik, immunrendszerünk le tudja győzni a bajt. Ha meggyógyulunk, legközelebb már nem okozhat gondot a kórokozó, mert már fel vagyunk vértelve: immunrendszerünk nem felejt el a „tettet”.