

«Ингосстрах» совместно с сетью клиник «Будь Здоров» и Финансовым университетом при Правительстве РФ провел исследование об аллергии среди жителей 36 крупнейших городов России в сегменте от 18 до 65 лет.

Аллергия затрагивает 44,6% российских семей

20,9% респондентов страдают аллергией лично, 14,8% — имеют аллергиков среди близких, ещё 8,9% — в зоне риска одновременно с кем-то из семьи.

Самый частый аллерген — шерсть животных: 31,2% аллергиков. Сезонная аллергия на пыльцу — 22,1%, пищевая — 20,8%, лекарственная — 17,6%.

Разброс по городам существенный. Наличие у себя симптомов чаще всего отмечают жители Москвы (36%), Самары (33%) и Воронежа (29%). В Астрахани и Новокузнецке — по 9%.

Самолечение — стратегия большинства

35,8% аллергиков принимают препараты самостоятельно, без назначения врача. 32,2% стараются избегать аллергенов, 29,2% — используют народные средства.

Регулярно наблюдаются у аллерголога лишь 10,3%. Ещё 3,8% обращались однократно. 56,7% лечатся сами, 28,4% считают симптомы недостаточно серьёзными.

Среди тех, кто к врачу не ходит: 47,2% говорят, что симптомы терпимы. Каждый пятый (21,8%) убеждён, что аллергия в принципе неизлечима.

«Часть аллергиков принимают препараты самостоятельно, что не всегда является верным решением. Безусловно, существуют медикаментозные средства экстренной помощи при аллергических реакциях, но их постоянный прием может навредить здоровью.

Также стоит помнить, что ежегодно появляется много противоаллергических препаратов нового поколения, которые не только лучше справляются с симптомами, но и не вызывают частых побочных эффектов, например, сонливость. Рекомендуем посещать аллерголога ежегодно, чтобы ваше состояние было всегда под контролем. Благодаря телемедицине это можно сделать онлайн из любого региона», — отметил Константин Летц-Орлецов, руководитель «Виртуальной клиники» компании «Ингосстрах».

О методе АСИТ слышали трое из десяти

«АСИТ — метод аллерген-специфической иммунотерапии. Она позволяет постепенно перестраивать работу иммунной системы, чтобы она не воспринимала белки-аллергены в качестве «врагов» — за счёт их введения в возрастающих дозах в организм», — рассказала Алла Рафаелян, руководитель Центра аллергологии и иммунологии, врач-аллерголог клиники «Будь Здоров» на Суцевском Валу, врач первой категории.

Аллерген-специфическая иммунотерапия (АСИТ) воздействует на причину аллергии, а не на симптомы. 43,5% аллергиков слышат о ней впервые. 11,4% знакомы поверхностно. Проходили или проходят АСИТ — 11,8%.

Об отечественной вакцине от аллергии: каждый третий готов рассмотреть её применение.

«Часто приходится сталкиваться с предвзятым отношением к аллергии. Убеждение, что аллергия неизлечима — один из главных барьеров на пути к адекватному лечению. Люди с аллергией могут жить нормальной полноценной жизнью, если вовремя начинают и проходят курс терапии. Таким образом запускается новая программа и перестройка внутри организма. Полный курс АСИТ в идеале составляет от 3 до 5 лет. Однако некоторые пациенты видят результаты терапии уже на втором году и прекращают лечение, что формирует высокий риск возвращения аллергических проявлений или

расширение чувствительности к новым аллергенам, реакции на которые ранее не было. Поэтому надо настраиваться на системную работу над своим здоровьем в течение определенного периода для формирования и закрепления новой иммунной «памяти», снижения вероятности иммунной реакции на новые виды аллергенов», — добавила Алла Рафаелян.

Аллерген-специфическая иммунотерапия существует десятилетия, эффективность подтверждена клинически. Пациент, который прошёл полный курс АСИТ, перестаёт зависеть от антигистаминов — не на сезон, а навсегда.

Википедия страхования, 25.05.2026 г.