

Mýty o alergii na nikl? Nesmíte nosit stříbrné šperky, časem vás přejde a muži na ni netrpí

2.6.2025 - | Petr Lesensky - Dychame

Svědění pokožky, mokvání, zarudnutí, ekzémy. To jsou typické projevy alergie na nikl, která patří mezi nejrozšířenější kontaktní alergie vůbec. Přestože se s ní potýká podle odhadů každá osmá žena a každý dvacátý muž, stále panují nejasnosti a kolují nejrůznější mýty. Také si myslíte, že při alergii na nikl nesmíte nosit stříbro? Domníváte se, že alergií vyléčíte? A že se reakce těla na alergen týká pouze pokožky?

Alergická kontaktní dermatitida se objevuje v místech kontaktu s alergenem, hlavně v podpaží, na obličeji a rukou, v kožních záhybech nebo třeba na chodidlech. Spadá mezi alergické reakce pozdního typu - než se projeví, nějakou dobu to trvá (obvykle dva až tři dny). Ačkoliv existuje na tři tisíce kontaktních alergenů, soli niklu vyvolávají alergickou kontaktní dermatitidu nejčastěji.

Mýtus 1: Když mám alergii na nikl, nesmím nosit stříbro

Mám alergii na nikl, a tak si musím odepřít nošení stříbrných šperků. Velmi rozšířený omyl, který má do pravdy poměrně daleko. Alergie na nikl totiž není alergií na stříbro. Problém nastává tehdy, když šperk mimo samotné stříbro obsahuje v příměsi kovů právě nikl. *„Stříbro samo o sobě je hypoalergenní kov, což znamená, že nevyvolává alergické reakce. Jelikož je čisté stříbro příliš měkké a nebylo by možné šperky nosit, aniž by došlo k jejich deformaci, přidávají se k němu příměsi kovů, které zlepšují jeho vlastnosti. Takto ošetřenému stříbru se říká sterlingové. Pro alergiky je tedy důležité sledovat, zda v příměsi není obsažen také nikl,“* vysvětluje **Dominika Štovičková**, spoluzakladatelka české šperkařské značky USHI, která se specializuje na výrobu originálních stříbrných náušnic bez obsahu niklu. Řešením je tedy najít kvalitního dodavatele, který deklaruje, že jeho šperky s puncovní značkou 925/1000 nikl neobsahují.

Mýtus 2: Alergie na nikl se časem zbavím

Nezřídka se můžeme setkat s názorem, že tělo si časem na alergen zvykne a reakce jako svědění, zarudnutí, mokvání nebo vyrážky ustanou. Bohužel, opak je pravdou. Kontaktní alergie na nikl je celoživotní, a ačkoliv může kolísat intenzita projevů, přecitlivělosti zůstává. Důležité tedy je co nejvíce omezit přímý kontakt s niklem. To však samo o sobě může být oříškem, jelikož nikl se nachází v celé řadě běžně používaných věcí, jako například v obroučcích brýlí, v hrncích, knoflících od kalhot, v páscích, zipech, plechovkách nebo třeba zapínání od podprsenky. Nevyhneme se mu však ani v potravinách, kde ho najdeme v kakau, čokoládě, luštěninách, ovesných vločkách nebo třeba v mandlích.

Mýtus 3: Na nikl reaguje jen kůže

Kontaktní dermatitida (tedy projevy zarudnutí, svědění nebo mokvání na kůži) je nejčastější, nicméně nikoliv jediný projev alergie na nikl. Jelikož je nikl obsažen také v celé řadě potravin, vodě nebo kuchyňském náčiní, mohou se u osob citlivých na nikl objevit i jiné reakce organismu. Trápit je mohou třeba bolesti hlavy, zhoršení astmatu, alergická rýma, padání vlasů, záněty dásní nebo třeba rozličné zažívací potíže.

Mýtus 4: Alergie na nikl se týká jen žen

Jeden z velmi rozšířených mýtů je představa, že ženy jsou na nikl citlivější, než muži. Statistiky tomu

ostatně také nahrávají – na nikl reaguje podle údajů ČPZP každá osmá žena a jen každý dvacátý muž. Háček je však jednoduše pouze v tom, že ženy přichází do kontaktu s niklem výrazně více, než muži, a bývají tak rovněž častěji diagnostikovány. Reakce na nikl tedy rozhodně není výlučně ženskou záležitostí, zažít ji může kdokoli, bez ohledu na pohlaví.

<https://www.dychame.cz/myty-o-alergii-na-nikl-nesmite-nosit-stibrne-sperky-casem-vas-prejde-a-muzi-na-ni-netrpi>