

MEDICINA E INFORMAZIONE WEB TV

La salute è il primo dovere della vita.

Oscar Wilde



Ricerca



- Home
- Cardiologia
- Oncologia
- Ematologia
- Pediatria
- Geriatrica
- Odontoiatria
- Oculistica
- Ginecologia
- Urologia e Andrologia
- Nefrologia
- Neuroscienze
- Dermatologia
- Allergologia
- Immunologia
- Malattie Infettive
- Gastroenterologia
- Otorinolaringoiatria
- Medicina Interna
- Endocrinologia
- Chirurgia
- Ortopedia-Riabilitazione
- Psichiatria
- Neuropsichiatria Infantile
- Genetica
- Reumatologia
- Pneumologia
- Alimentazione
- Terapia del Dolore
- Malattie Rare
- Diagnostica
- Diabetologia
- Epatologia
- Angiologia
- Medicina dello Sport
- Medicina d'Urgenza
- Vero o Falso
- Studi e Ricerche
- Centri di Eccellenza
- I Grandi Medici Italiani
- Progetti Speciali
- Prevenzione
- News
- Medicina e Libri
- Sanità e Società
- Medicina Estetica
- Gli Specialisti
- Tecnologia per la Medicina
- I Farmaci
- Arte Terapia
- Benessere

Come sarà la stagione delle allergie?

2/4/2020

[0 Commenti](#)

Le News di Medicina e Informazione WEB TV

Assosalute: una stagione un po' più lieve per le allergie QUASI LA METÀ DEGLI ITALIANI NE SOFFRE, MA MASCHERINE E MINOR INQUINAMENTO POTREBBERO AIUTARE I CONSIGLI DI ASSOSALUTE PER SUPERARE AL MEGLIO, ANCHE IN CASA, QUESTO LIEVE DISTURBO GRAZIE AL KIT DI AUTOMEDICAZIONE

Le news dedicate alle ultime scoperte, agli studi, alla registrazione di nuovi farmaci, alle nuove tecnologie



Nonostante le temperature ancora variabili la primavera è arrivata e con lei le consuete allergie stagionali. A confermarlo è una ricerca condotta da **Assosalute, Associazione nazionale farmaci di automedicazione che fa parte di Federchimica**, che ha nuovamente messo in luce come quello delle allergie sia un disturbo più diffuso di quanto si possa pensare. **Ne soffrono infatti quasi la metà degli italiani (45%) per lo più di giovane età.**

Quest'anno, tuttavia, la stagione degli allergici ai pollini potrebbe non essere come le altre, dal momento che le persone sono chiuse in casa a seguito delle disposizioni di contenimento del Coronavirus. Come afferma il **Prof. Giorgio Walter Canonica**, General Executive Manager **SIAAIC** (Società Italiana di Allergologia, Asma e Immunologia Clinica) *"possiamo aspettarci che, in un contesto in cui si passa molto più tempo chiusi in casa, gli allergici ai pollini soffrano meno dei disturbi legati alle allergie primaverili. Se si esce per poco tempo e proteggendo le vie respiratorie con la mascherina, inoltre, questa farà da filtro anche ai pollini"*.

Nell'incidenza delle allergie stagionali gioca, infatti, un ruolo fondamentale l'ambiente che siamo soliti frequentare. L'**aria aperta**, di cui in questi giorni purtroppo riusciamo a godere poco, è il **nemico numero uno per 1 italiano su 2**. Ma alcuni agenti allergici possono nascondersi anche tra le **mura domestiche**: per il 20,3% degli italiani è in casa che si manifestano alcuni dei sintomi più comuni delle allergie. Infine, importante da ricordare quando potremo tornare a frequentarli, che anche nei **luoghi chiusi e affollati come locali o palestre**, il 17,4% degli italiani soffre di allergie. All'aperto così come al chiuso, quindi, possono verificarsi episodi di stranuti frequenti, un disturbo di cui soffre il 51,8% degli allergici, prurito agli occhi (46,2%) e ostruzione nasale (36,2%), ma anche il gocciolamento nasale (31,3%) e la tosse sono tra i sintomi più fastidiosi secondo il 23,2% della popolazione.

"Il luogo in cui siamo soliti soggiornare più di frequente è fondamentale nell'individuare la causa scatenante dell'allergia – continua il Prof. Canonica - oggi infatti si vive molto di più in casa rispetto al passato, e acari e pelo di cani e gatti concorrono a favorire una maggiore sensibilizzazione. Non ultimo l'inquinamento: si è visto come bambini che abitano al primo piano, e quindi maggiormente esposti a fattori inquinanti, abbiano una più alta probabilità di sviluppare asma e allergie.

In queste settimane, la drastica riduzione dell'inquinamento che si è registrata potrebbe essere un fattore che influisce proprio sul manifestarsi delle allergie stagionali", afferma il Prof. Canonica

Anche se quello dell'allergia è un piccolo disturbo che può diventare gestibile, non è da sottovalutare l'impatto che crea nella vita di tutti i giorni. Secondo la ricerca condotta da Assosalute il **30% delle persone allergiche soffre la maggiore ricaduta del disturbo sulla qualità del sonno** che diventa difficile. Senza il giusto riposo anche l'umore inizia a risentirne, specialmente se per fronteggiare gli attacchi allergici viene **sacrificata la vita sociale e all'aperto come è costretto a fare il 17,4%** degli intervistati.

L'allergia è spesso considerata un disturbo relativo ma, come ricorda il Prof. Canonica, *"è estremamente importante essere consapevoli delle buone pratiche da mettere in atto per ridurre l'impatto ed evitare così che, col tempo, una semplice allergia si trasformi in asma. Gli studi hanno dimostrato infatti che chi soffre di rinite allergica, ha una probabilità 3,8 volte più alta di sviluppare l'asma"*.

La ricerca conferma come il ricorso ai **farmaci di automedicazione**, riconoscibili grazie alla presenza del **bollino rosso sulla confezione**, sia la terapia più utilizzata da chi soffre di allergie. Il **41,6% ricorre ai farmaci di automedicazione autonomamente**, percentuale che aumenta tra chi soffre "molto spesso" di allergie, segno di come con il tempo, le persone diventino sempre più consapevoli della terapia migliore da seguire. Ma solo il **30% degli allergici assume farmaci di automedicazione dietro consulto del medico o del farmacista**. Poco diffusi vaccini (5,1%) e terapie con cortisonici (10,2%).

Per gli allergici, è quindi bene ricordare di portare con sé un **kit di automedicazione**, composto da **antistaminici**, da assumere per via orale o topica nasale o **spray antiallergici** che possono essere utilizzati nel trattamento del raffreddore da fieno con azione decongestionante. Infine, è importante ricordare **che tutti questi farmaci devono essere utilizzati con moderazione e per periodi limitati** nel tempo.

Esistono infine alcune **buone pratiche e comportamenti virtuosi** che si possono mettere in atto **per ridurre i sintomi delle allergie**. Di seguito alcuni piccoli consigli:

- **In casa:** soprattutto in questo periodo, in cui è bene passare le nostre giornate tra le mura domestiche, dobbiamo fare attenzione ad acari e muffe; è quindi importante **ridurre umidità, areare e approfittarne per pulire a fondo la casa**, mettendo via **moquette e tappeti** che raccolgono polvere;
- **Al lavoro:** tra le pulizie extra previste negli uffici prima del rientro, è bene includere anche quella dei **filtri dell'aria condizionata**:

Archivi

- Marzo 2020
- Febbraio 2020
- Gennaio 2020
- Dicembre 2019
- Novembre 2019
- Ottobre 2019
- Settembre 2019
- Agosto 2019
- Luglio 2019
- Giugno 2019
- Maggio 2019
- Aprile 2019
- Marzo 2019
- Febbraio 2019
- Gennaio 2019
- Dicembre 2018
- Novembre 2018
- Ottobre 2018
- Settembre 2018
- Agosto 2018
- Luglio 2018
- Giugno 2018
- Maggio 2018
- Aprile 2018
- Marzo 2018
- Febbraio 2018
- Gennaio 2018
- Dicembre 2017
- Novembre 2017
- Ottobre 2017
- Settembre 2017
- Agosto 2017
- Luglio 2017
- Giugno 2017
- Maggio 2017
- Aprile 2017
- Marzo 2017
- Febbraio 2017
- Gennaio 2017
- Dicembre 2016
- Novembre 2016
- Ottobre 2016
- Settembre 2016
- Agosto 2016
- Luglio 2016
- Giugno 2016
- Maggio 2016
- Aprile 2016
- Marzo 2016
- Febbraio 2016
- Gennaio 2016
- Dicembre 2015
- Novembre 2015
- Ottobre 2015
- Settembre 2015
- Agosto 2015
- Luglio 2015
- Giugno 2015
- Maggio 2015
- Aprile 2015
- Marzo 2015
- Febbraio 2015
- Gennaio 2015
- Dicembre 2014
- Novembre 2014
- Ottobre 2014
- Settembre 2014
- Agosto 2014
- Luglio 2014

- *All'aperto*: in questi giorni in cui possiamo uscire solo per emergenze, chi soffre di allergie ai pollini dovrebbe cercare di **evitare le prime ore del giorno**, quando la pollinazione è più intensa. Poi, quando finalmente torneremo a usare abitualmente l'auto, ricordarsi di **pulire i filtri** per limitare il più possibile l'esposizione.

APPROFONDIMENTO

Intervista al Prof. Giorgio Walter Canonica

General Executive Manager [SIAAIC](#), Società Italiana di Allergologia, Asma e Immunologia Clinica

1. La primavera è arrivata e per molte persone questa stagione è causa di allergie e piccoli disturbi. Professor Canonica, cosa può dirci della stagione in arrivo? Ci saranno variazioni rispetto agli scorsi anni?

Luglio 2014
Giugno 2014
Maggio 2014
Aprile 2014
Marzo 2014
Febbraio 2014
Gennaio 2014
Dicembre 2013
Novembre 2013
Ottobre 2013
Settembre 2013
Agosto 2013
Luglio 2013
Giugno 2013

Quest'anno stiamo assistendo a una stagione invernale in cui il freddo è stato molto limitato, con conseguente possibile anticipo delle fioriture, anche se un nuovo abbassamento delle temperature potrebbe rallentare questo processo. L'inizio della stagione delle allergie è infatti strettamente legata dal clima. Inoltre, con le persone che devono rimanere in casa a seguito delle disposizioni per contrastare la pandemia da Coronavirus, possiamo aspettarci che gli allergici ai pollini soffrano meno dei disturbi legati alle allergie primaverili.

2. Secondo la sua esperienza, ci sono dei trend di aumento / diminuzione nel numero di persone che soffrono di allergie?

Il numero delle persone allergiche vede un trend in costante aumento in tutto il mondo, e quindi possiamo ragionevolmente aspettarci un seguito di questo incremento anche quest'anno. Tale aumento è dovuto a un insieme di fattori che possono essere ricondotti allo stile di vita tipico delle popolazioni occidentali e che vivono in città. Le ragioni sono molteplici: a differenza di prima, ora, sin da bambini. Si vive molto di più in casa dove il ricircolo d'aria è minore e dove si viene a creare un ambiente più favorevole alla proliferazione ad esempio degli acari della polvere, una delle cause di allergie respiratorie, con un aumento del rischio di sensibilizzazione. Inoltre, un altro fattore è dovuto al fatto che molti più animali domestici vivono in casa. Spostandoci invece fuori casa, l'inquinamento ambientale gioca un ruolo molto importante: si è come individui che abitano al primo piano –e più esposti quindi a fattori inquinanti –abbiano una più alta probabilità di sviluppare asma e allergie. L'impatto dello stile di vita nell'aumento delle allergie è documentato anche storicamente: nel processo di unificazione delle due Germanie, la Germania dell'Est ha visto un aumento sostanziale delle allergie dovuto al cambio di vita. Stessa cosa è successa quando popolazioni come gli amish e gli utteriti –entrambe dalla Germania – sono arrivati in America: gli amish, che hanno mantenuto lo stile di vita dell'800, hanno sviluppato meno allergie rispetto agli utteriti che si sono adeguati alla modernità. In passato il sistema immunitario era molto più stimolato e questo implicava anche una maggiore risposta ai fattori che possono portare allergie.

3. Quali sono le categorie più soggette? Ci sono dei fattori che durante la vita di una persona possono contribuire a sviluppare allergie oppure allergici si nasce?

È bene precisare che allergici non si nasce, ma esiste una predisposizione a sviluppare allergie. Queste dipendono dallo stile di vita e dalle condizioni in cui si vive. Anche l'idea che ci siano fasce di età più esposte alle allergie sta cambiando: prima si pensava che le allergie colpissero i bambini, mentre oggi è appurato che la rinite allergica può svilupparsi a qualsiasi età, anche in soggetti anziani. Per questo è importante tenere sempre a mente che l'allergia può essere una diagnosi a qualsiasi età.

4. Come si distingue una rinite allergica da un comune raffreddore da virus?

Ci sono delle differenze tra un raffreddore da allergie e un raffreddore comune da virus. Innanzitutto, il raffreddore comune dura per tutta la giornata, mentre una rinite allergica ha dei picchi durante il giorno. In caso di rinite l'individuo starnutisce con più frequenza. Infine, c'è ovviamente una diversa risposta al trattamento terapeutico: in caso di rinite si avranno dei benefici prendendo gli antistaminici, mentre questi sono inefficaci in caso di raffreddore da virus.

5. Quali consigli può dare a chi è allergico per affrontare i disturbi in casa, a lavoro e all'aperto? Che comportamenti può mettere in atto in questi 'luoghi' per alleviare i disturbi?

Ci sono delle buone pratiche e dei comportamenti che si possono tenere per ridurre i sintomi delle allergie. In casa: le buone pratiche da mettere in atto dipendono dal tipo di allergie di cui si soffre. Se si soffre per allergie dovute ad acari e muffe, è importante ridurre umidità, areare e pulire a fondo la casa. Evitare moquette e tappeti che raccolgono polvere. Al lavoro: uno dei problemi che si riscontrano a lavoro è la pulizia dei filtri dell'aria condizionata, che è importante che siano controllati regolarmente. Lo stile di vita casa –lavoro, in cui si sta molto al chiuso, riduce l'esposizione ai pollini ma aumenta quella agli acari. All'aperto: se si sta fuori casa, il consiglio per chi soffre di allergie stagionali è quello di non esporsi alla mattina presto, quando la pollinazione è più intensa, e di adottare delle misure come i filtri all'auto, per evitare un'eccessiva esposizione. Sicuramente la condizione che ci troviamo a vivere ora, dove le uscite sono brevi e limitate, fa sì che l'incidenza di questi disturbi sia meno forte negli allergici ai pollini. L'utilizzo delle mascherine fa inoltre da filtro anche per i pollini, limitando l'esposizione. Infine, l'inquinamento si è drasticamente ridotto in queste settimane, un fattore che può influire sull'incidenza delle allergie stagionali. In generale, c'è il rischio sempre più alto di incorrere in un'apoli-sensibilizzazione: si inizia con un'allergia (ad esempio alle graminacee) e si sviluppano via via sempre più sensibilità ad altri allergeni, complicando la strategia terapeutica

Fonte: Ufficio Stampa APCO WORLDWIDE

Categorie

- Tutto
- Abusi Bambini
- Abuso Alcool
- Aids
- Ail
- Alcolismo
- Alimentazione
- Alimentazione Anziani
- Alimentazione Corretta
- Durante Chemioterapia
- Alimentazione E Bambini
- Alimentazione E Funzioni Cognitive
- Alimentazione E Giovani
- Alimentazione E
- Inquinamento
- Alimentazione E
- Protezione Cuore
- Alimentazione E Salute Mentale
- Alimentazione E Sonno
- Alimentazione E Tumori
- Alimentazione E Umore
- Alimentazione E Vasi Sanguigni
- Allarme Obesità
- Allarme Obesità
- Allarme Obesità
- Allergia Al Nickel Sistemica
- Allergie
- Allergie Alimentari
- Allergie Bambini
- Allergogia
- Allergologia
- Alopecia Areata
- Alzheimer
- Analisi Sanguine
- Andrologia
- Aneurisma Aorta Addominale
- Angiologia
- Anoressia
- Antiossidanti E Memoria
- Anziani E Attività Fisica
- Anziani E Attività Fisica
- Anziani-e-attivitafisicafca415d18ec
- Anziani E Computer
- Anziani E Funzioni Cognitive
- Anziani E Videogiochi
- Apnee Notturne
- Aritmie Cardiache E
- Alimentazione
- Aromaterapia
- Arte Terapia
- Artrite
- Artrite Ginocchio
- Artrite Reumatoide
- Artrosi
- Artrosi Del Ginocchio
- Artrosi Del Ginocchio E Sovrappeso
- Asma
- Aspirina E Prevenzione Cuore E Tumori
- Associazioni Pazienti
- Assumere Vitamina C Dai Vestiti