

# Allergie, che fare?

BRUNO DEL FRATE



Sul grande problema costituito dalle allergie, molto frequenti in questo periodo dell'anno, c'è da dire innanzitutto che le allergie riguardano circa un quarto della popolazione italiana. Le allergie, come è ormai noto, sono una risposta eccessiva del sistema immunitario a sostanze presenti nell'ambiente naturale, i cosiddetti allergeni. Queste sostanze, non essendo tollerate dall'organismo, provocano la reazione di alcuni anticorpi (reagine o IgE). Di fronte ad un'eventuale esposizione successiva, incontrandosi l'allergene che viene dall'esterno con l'anticorpo che si è prodotto, si determina una reazione allergica infiammatoria.

Negli ultimi decenni sono in costante aumento le allergie respiratorie (asma, broncocostrizione, rinite), soprattutto nei giovani. Alcune cause non sono state ancora individuate, ma il mondo scientifico tende ad escludere l'inquinamento, come normalmente si pensa, semmai va relegato tra i fattori scatenanti di allergie che già sono in essere. Invece, il cosiddetto stile di vita occidentale è stato individuato con chiarezza come una delle maggiori cause dell'incremento esponenziale delle allergie.

Per quanto riguarda le abitazioni, oggi c'è la tendenza a coibentare i muri con vari materiali sigillanti e, per ciò che concerne gli arredi,

diversamente dal passato, si tende ad abbondare con tendaggi, moquette, tappeti; tutti fattori questi che limitando la ventilazione facilitano il ristagno dell'umidità negli ambienti interni. Viene così a crearsi un microclima ideale per lo sviluppo degli acari della polvere che, insieme ai gatti e agli scarafaggi, sono considerati i principali allergeni, cioè quei fattori che causano le allergie. Questi allergeni sono detti indoor in quanto presenti all'interno delle abitazioni e ambienti di lavoro.

Una quindicina di anni fa alcuni ricercatori inglesi evidenziarono con una statistica del tutto attendibile, che nelle famiglie più numerose le allergie erano meno frequenti e, viceversa, presenti in quantità nettamente superiori nelle famiglie con pochi figli. Molto probabilmente i bambini, nei primi tre mesi di vita, a contatto con i loro fratellini hanno un maggior rischio di prendersi delle infezioni virali delle prime vie aeree e questo potrebbe innescare un effetto di protezione verso le allergie. Sicché, anche la bassa natalità, che nel nostro paese è un fenomeno in costante crescita, potrebbe aver favorito l'aumento delle allergie.

Per ciò che concerne la prevenzione delle allergie c'è da dire che si contano tantissimi tipi di allergie: l'asma, la rinite, l'orticaria, la dermatite da contatto, l'allergia ai farmaci, la dermatite atopica. Per quanto riguarda l'asma la prevenzione è particolarmente efficace nel caso che questa dipenda dall'allergia

agli acari della polvere, dal momento che si possono adottare tutta una serie di misure per cercare di ridurre l'esposizione a questi allergeni. Per prima cosa bisogna foderare materassi e cuscini con un tessuto che gli acari non possano attraversare, reperibile in farmacia. Mentre per quanto riguarda tappeti, moquette e tendaggi, ma anche cuscini d'arredamento e pupazzi di stoffa, la soluzione migliore è quella di eliminare gli acari con lavaggi che impieghino sostanze specifiche reperibili facilmente. Una soluzione efficace, come si usava un tempo, è quella di esporre al sole coperte, lenzuola, tappeti ecc. in quanto i raggi solari agiscono come un potente acaricida. Buona norma è anche quella di ventilare spesso le abitazioni. Per la cura dell'asma i farmaci "corticosteroidi" rimangono i più efficaci; gli "antileucotrieni" di nuova formazione non risolvono e non sostituiscono la terapia tradizionale ma possono essere un valido supporto e possono dare un potenziamento dell'effetto dato dalle terapie classiche.

Le persone più esposte alle allergie respiratorie, asma e rinite, sono i bambini di età inferiore ai dieci anni. Nei maschi il rischio di un'allergia è maggiore nei primi anni di vita, mentre per le femmine il rischio aumenta negli anni successivi alla pubertà. L'asma, la rinite, la dermatite atopica e l'allergia alimentare sono le quattro forme di malattia allergica che si ereditano e la frequenza aumenta se entrambi i genitori sono allergici. Naturalmente va tenuto presente che, nei primi anni di vita, l'esposizione all'ambiente è molto rilevante, dunque è importante il fattore ereditario associato all'esposizione ambientale.

Punto Allergia

## Esami, farmaci e nuove frontiere

Il test principale per la diagnosi delle allergie è il test cutaneo *prick-test*. Si inserisce una piccola quantità di allergene in una parte di cute del paziente, se dopo alcuni minuti si avrà un gonfiore con prurito, localizzati nel punto di inserimento, vuol dire che il paziente è allergico a quella determinata sostanza.

Un altro tipo di esame è il RAST (*Radio Allergo Sorbent Test*) che cerca gli allergeni direttamente nel sangue.

Il test di *scatenamento d'organo* è quasi sempre usato per la diagnosi di rinite e congiuntivite allergiche.

Una categoria di farmaci antiallergici sono i *cromoni* che derivano da una pianta mediterranea l'*Amni Visnaga* e vengono somministrati come collirio o spray nasale o spray aerosol per i bronchi.

Più recenti sono gli *antileucotrieni*, che non sono dei trattamenti specifici per le allergie, essendo usati soprattutto nell'asma bronchiale (sia allergico che non allergico), ma molti studi stanno dimostrando una buona efficacia nella rinite allergica. Il loro utilizzo per tale patologia però è limitato attualmente dall'alto costo.

L'"*Hygiene Hypothesis*" è il nome di una recente ricerca scientifica che ha individuato nell'eccesso di igiene una delle cause scatenanti l'allergia. Secondo questa ricerca, un ambiente troppo pulito non è salutare per il sistema immunitario che diviene più sensibile allo sviluppo di allergie. Si è accertato che i bambini che vivono in campagna o che hanno un gatto in casa nei primi due anni di vita, hanno minori probabilità di prendersi un'allergia.

La più recente delle terapie è costituita dagli anticorpi antiIgE. Si tratta di particolari anticorpi prodotti in laboratorio che riconoscono gli allergeni e li neutralizzano. Dimostrano una particolare efficienza nell'asma bronchiale di tipo allergico, ma il loro impiego è ostacolato dal costo molto elevato. Oggi sono allo studio dei nuovi farmaci che agiscono in maniera mirata. Si tratta di bloccare solo quelle attività che portano allo scatenamento della reazione allergica, rendendo i farmaci più tollerabili ed efficaci.

FRATEMARCO

## NOVITA' Edizioni Frate Indovino



### Un Erbario inedito Veneto (sec. XV)

L'Erbario inedito Veneto, svela i segreti delle piante medicinali ed è corredato da tantissime immagini a colori, dei vegetali presi in esame, eseguite con la tecnica ad acquerello, rappresenta un primo manuale di medicina popolare o meglio uno dei primi prontuari farmaceutici in dotazione dei medici dell'epoca.

Copertina stampata a colori  
su cartoncino plastificato

Pagine: 240

Dimensioni: 21 x 29,7 cm

Prezzo: € 30,00 (spese di spedizione comprese)

Richiedere ai numeri telefonici:

TEL. 075.506.93.42 - FAX 075.505.15.33

o scrivere a: Frate Indovino - via Severina, 2  
Casella postale - 06124 - Perugia

o alla casella E-mail: [info@frateindovino.eu](mailto:info@frateindovino.eu)