

Disturbo stagionale da non confondere con il Coronavirus

## **Un'aria meno inquinata e le mascherine riducono i sintomi dell'allergia da polline**



La primavera è arrivata e con lei sono arrivate le allergie tipiche della stagione. A confermarlo è una nota dell'Associazione nazionale farmaci di automedicazione (Assosalute) che ricorda come le allergie da polline siano un disturbo più diffuso di quanto si possa pensare: ne soffre il 45% degli italiani, per lo più soggetti in giovane età.

"Quest'anno gli allergici ai pollini delle piante che fioriscono in primavera - fa osservare il

professor **Giorgio Walter Canonica** della Società italiana di allergologia ed asma all'Humanitas di Milano - soffrono senz'altro di meno dal momento che sono costretti a restare in casa per le disposizioni imposte dal Coronavirus e coloro che escono indossano una mascherina per proteggere le prime vie respiratorie".

Inoltre l'aria aperta, di cui in questi giorni possiamo godere poco, è meno inquinata e l'inquinamento è un grande nemico per coloro che soffrono di pollinosi.

Comunque, alcuni agenti allergici si nascondono anche tra le mura domestiche (polvere, acari, peli del cane e del gatto) e nei luoghi affollati (cinema, teatri, palestre), quando ci sarà ancora permesso di frequentarli.

Quindi, sia all'aperto che al chiuso, possono verificarsi episodi di starnuti frequenti (51,8% degli allergici), prurito agli occhi (46,2%), naso chiuso (36,2%), gocciolamento nasale (31,3%) e tosse (21%).

Alcuni di questi sintomi sono gli stessi del Coronavirus.

A preoccuparsi sono soprattutto i genitori, quando al figlio cola il naso, bruciano gli occhi e ha qualche colpo di tosse, ma non dimentichiamo che il Coronavirus si manifesta sempre con una febbre molto alta. Solo in questo caso si deve contattare per telefono il pediatra di famiglia e se necessario rivolgersi ai "numeri verdi" regionali.

Quando le manifestazioni allergiche sono le stesse della primavera precedente è bene ripetere la terapia prescritta a suo tempo dall'allergologo con antistaminici e corticosteroidi inalatori che riducono la sintomatologia nel giro di 4/5 giorni.

Si deve comunque evitare che una semplice allergia si trasformi in una persistente insufficienza di aria nelle vie respiratorie. Gli studi confermano che chi soffre di rinite allergica ha una probabilità 3,8 volte più alta di sviluppare l'asma e per i pazienti asmatici la terapia non va mai sospesa.

I farmaci di automedicazione per chi soffre di allergie (riconoscibili dalla presenza di un bollino rosso sulla confezione) sono indispensabili, ma solo il 30% degli allergici li assume dietro consulto del medico o del farmacista.

Per gli allergici in forma seria è bene avere sempre con sé un kit di automedicazione, composto da antistaminici da assumere per via orale o nasale e di spray antiallergici

utili per la loro azione decongestionante.

Se si vogliono ridurre i sintomi delle allergie, bisogna seguire alcune raccomandazioni:

**In casa:** soprattutto in questo periodo, passare spesso l'aspirapolvere, mettere via moquette e tappeti, controllare l'umidità (valori medi).

**Al lavoro:** pulizie accurate negli uffici prima del rientro e sostituzione dei filtri dell'aria condizionata.

**All'aperto:** in questi giorni in cui possiamo uscire solo per emergenze, chi soffre di allergia ai pollini dovrebbe evitare le prime ore della giornata con pollinazione più intensa e quando torneremo ad usare l'auto, ricordarsi di pulire i filtri dei condizionatori d'aria.

**Giancarlo Sansoni**