Dott. Alessandro Fiocchi - Responsabile di Allergologia dell'Ospedale Pediatrico "Bambino Gesù"

6 marzo 2015 – Un milione e mezzo di bambini e ragazzi con allergie nasali e pollinosi, almeno 1.000.000 i giovani sotto i 18 anni affetti da asma. In Italia il fenomeno allergie, tra marzo e aprile – quando cipressi, mimose, ulivi, parietarie e graminacee rilasciano i loro pollini in grande quantità – subisce un’impennata e diventa un problema per milioni di persone, adulti e bambini. All’Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, centro specializzato per la diagnosi e cura di tutte le patologie allergiche, ogni anno vengono trattati circa 8.000 bambini e ragazzi, il 50% dei quali proprio per la pollinosi.

Difendersi da questo male di stagione si può, a cominciare dai vaccini. “Le allergie – sottolinea Alessandro Fiocchi, responsabile di Allergologia del Bambino Gesù – si combattono efficacemente con la iposensibilizzazione specifica, disponibile sia nella tradizionale somministrazione sottocutanea che per via sublinguale. Per evitare il riaffacciarsi dei sintomi è necessario prevenire con farmaci che impediscano al polline respirato di infiammare le mucose. Le cure dovranno poi essere continuate per tutta la stagione di esposizione. Sapendo a cosa si è allergici è inoltre possibile pianificare i tempi della terapia e programmare le vacanze in periodi di alta pollinazione evitando, così, il contatto con gli allergeni presenti nelle città o nelle campagne”.

Cosa sono i pollini

I pollini sono minuscoli granellini che permettono alla pianta di riprodursi e vengono trasportati dal vento, dagli insetti e dall’acqua nel periodo dell'impollinazione. Da marzo a luglio la loro concentrazione cresce soprattutto nelle giornate calde, assolate e ventose (sono leggerissimi e facilmente trasportabili nell’aria). Più elevata di sera rispetto al primo mattino, la concentrazione dei pollini si riduce con la pioggia. Inoltre, maggiore è la prossimità alle piante e alle erbe che li producono, maggiore è la quantità di pollini che può causare un aumento dei disturbi alle persone allergiche.

10 consigli per evitarli

Oltre a proteggere i bambini allergici ai pollini con i vaccini, le famiglie possono adottare alcuni semplici ma utili accorgimenti:

1. Evitare in primavera i prati, i campi coltivati e i terreni incolti.
2. Evitare, se possibile, nel periodo critico di andare o vivere in campagna. Evitare le gite nelle ore mattutine, soprattutto nei giorni di sole con vento e tempo secco.
3. Scegliere le ferie preferibilmente nel periodo in cui sono più forti i disturbi, per recarsi al mare o in alta montagna. Ricordare che nelle medie altitudini (600-1000 metri) le stesse piante liberano i pollini circa un mese più tardi rispetto alla pianura.
4. Evitare per le vacanze le zone di aperta campagna. Preferire per le passeggiate il sotto bosco dove, più difficilmente giunge il polline.
5. In auto, se possibile, tenere i finestrini chiusi e accendere, dopo aver verificato la pulizia dei filtri, i sistemi di condizionamento.
6. Nel periodo critico praticare sport preferibilmente in luoghi chiusi, palestre e piscine coperte.
7. Non tagliare l’erba del prato nel periodo di malessere e non sostare nelle vicinanze quando altri tagliano, o hanno tagliato l’erba.
8. Nel periodo critico evitare la bicicletta o il motorino. Possono essere utili mascherine a copertura di bocca e naso. Indossare occhiali da sole. Cappelli con visiera.
9. Durante la stagione pollinica, cambiarsi i vestiti rientrando in casa, fare lavaggi endonasali, doccia e sciacquare il viso e i capelli.
10. Evitare il contatto, con il fumo di tabacco e in quel periodo, anche con polveri o peli di animali

domestici.

fonte: ufficio stampa