



# AIUTO, ho l'allergia!

Il fiato manca, il corpo si gonfia, la pelle si riempie di pomfi... È la risposta dell'organismo a certi suoi nemici: gli allergeni. Un fenomeno violento e improvviso. Ma che è possibile arginare. Di Paola Trombetta

**U**n sorso di nocino e il respiro diventa affannoso. In pochi istanti Annamaria prova un senso di soffocamento che la porta dritta in ospedale, ricoverata d'urgenza. Meno pericolose le reazioni di Claudia, ferrista in sala operatoria, al quotidiano contatto coi guanti di lattice: ha "solo" un'orticaria diffusa, soprattutto alle mani. Un disturbo che però l'ha costretta a cambiare lavoro. E che dire di Paola: si è ritrovata con la faccia gonfia dopo essersi spalmata una maschera al miele... Poi ci sono i tanti casi di congiuntiviti allergiche e riniti, soprattutto in primavera quando la pollinazione è al massimo, ma in genere si sa come tenere a bada questi fastidiosi sintomi. Ciò che inquieta di più è invece sapere che un'allergia può colpire all'improvviso, senza aver mai dato segnali prima. È proprio vero?

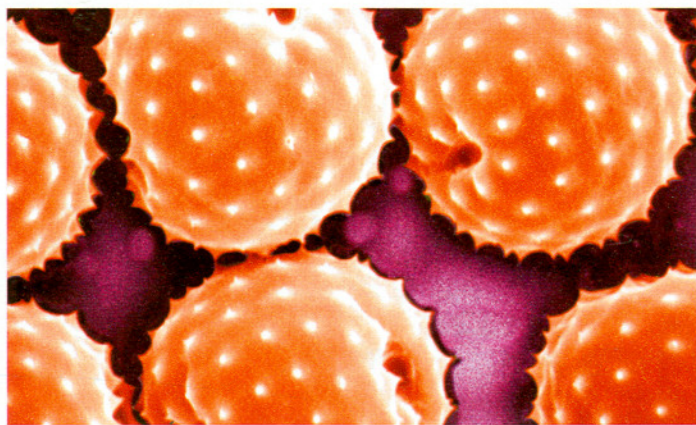
## La "rivolta" degli anticorpi

Intanto, qualche dato. A soffrire di allergie sono quasi nove milioni di italiani (circa il 20% della popolazione) in prevalenza donne tra 14 e 44 anni. Le più frequenti sono le allergie respiratorie (più dell'80%), soprattutto in primavera, ma un allergico su 5 soffre per tutto l'anno, specie quando l'allergene è sempre presente (acari della polvere), oltre ai restanti casi di allergie alimentari e di dermatiti da contatto.

## Pollini in agguato

Le allergie più frequenti (l'80%) sono quelle respiratorie da polline (in foto, soffione di tarassaco). Che nel 70% dei casi si scatenano in primavera, manifestandosi con riniti e broncospasmo.

«La gran parte delle allergie si manifesta fin da piccoli, ma possono verificarsi casi in cui compaiono all'improvviso, anche da adulti», conferma la dottoressa Maria Gerosa, allergologa e immunologa clinica all'Istituto Auxologico Italiano. «Nei nostri ambulatori arrivano stranieri che sviluppano per la prima volta allergie, perché esposti a pollini nuovi rispetto a quelli dei Paesi d'origine. Non solo: la comparsa improvvisa di allergie viene favorita da condizioni che possono facilitare la penetrazione dell'allergene. L'inquinamento, ad esempio, irrita le mucose delle prime vie respiratorie e crea un



ambiente favorevole all'allergia da polline; un'infezione intestinale indebolisce la mucosa che può diventare più sensibile agli alimenti allergizzanti. Nell'organismo si scatena così una risposta immunitaria con produzione di anticorpi IgE (Immunoglobuline E) che inducono alcune cellule del sangue a liberare istamina, sostanza responsabile delle allergie: dal naso chiuso nella rinite al broncospasmo nell'asma, dall'orticaria allo shock anafilattico nell'allergia alimentare».

### Meglio evitare gli "incroci"

In molti pazienti possono verificarsi reazioni "crociate" tra pollini e alcuni cibi di origine vegetale. Ad esempio, chi è allergico alla betulla può avere una reazione a diversi tipi di frutta e verdura cruda, tra cui mela, pera, pesca, prugna, carota, mentre chi è allergico alle graminacee può non tollerare pomodoro, melone, cereali. Ci sono poi alcune età più a rischio, come l'adolescenza e la giovinezza. «Una condizione particolare è invece la gravidanza: le crisi allergiche possono ridursi, fino a scomparire», dice la dottoressa Gerosa. «Questo perché gli ormoni modificano il sistema immunitario, per consentire l'impianto del feto, che altrimenti rischierebbe di venire scambiato per un estraneo e rigettato».



**Attenti allo shock**  
Anche i cibi causano allergie, fino allo shock anafilattico. Specie dopo un'infezione, che indebolisce la mucosa dell'intestino rendendolo vulnerabile. In foto, frutta, verdura e pollini (al centro).



SCIENCEPHOTOLIBRARY/G. NERI (2)

## Test & nuove cure

Graffietti, cerottini, un prelievo. E se la pelle reagisce? Si cerca il rimedio. Che oggi è sempre più mirato ed efficace

**P**er individuare le allergie, ci sono test mirati e sicuri, eseguiti nei centri specializzati (per info: [www.allegriallergia.it](http://www.allegriallergia.it) - [www.asmaeallergia.it](http://www.asmaeallergia.it) - [www.allergia2000.it](http://www.allergia2000.it)). Ecco i principali, con le cure più nuove ed efficaci.

**Prick test:** sulla pelle dell'avambraccio vengono praticati dei graffietti dove sono inserite poche gocce di ciascun allergene (pollini, acari, estratti di cibi...). In caso di allergia, dopo 20 minuti compare un pomfo.

**Dosaggio IgE:** da un prelievo di sangue si valuta la presenza di IgE (immunoglobuline) specifiche per ciascun allergene. Questo test conferma i risultati del Prick.

**Patch test:** si usa per le allergie cutanee. Sulla schiena si applicano cerotti imbevuti di estratti di sostanze che possono

causare allergie cutanee (nikel, lattice, lanolina...). Dopo 48 ore si tolgono e, dopo altre 24, si valuta la reazione: se compare eczema, c'è allergia.

### E qual è la terapia migliore?

Se non è possibile evitare il contatto con gli allergeni, si deve ricorrere ai farmaci. «Vanno presi per tutto il periodo di esposizione all'allergene», precisa il professor Walter Canonica, direttore della Clinica pneumologica e allergologica dell'Università di Genova. «Farmaci come terapia continua sono i nuovi antistaminici (es., desloratadina): agiscono con rapidità e mantengono l'azione per tutto il giorno. Usare questi farmaci sempre, attenua il decorso della malattia e impedisce che degeneri in asma. E per i sintomi acuti? Ci sono cortisonici spray e broncodilatatori, da tenere sempre a disposizione in casa».