

Senza quiete per colpa della rinite

La rinite allergica è ritenuta da molti, erroneamente, un disturbo banale. Invece, non solo è fastidiosa di giorno, ma è capace di guastare anche le notti e, di rimbalzo, l'attenzione, la memoria, l'umore e perfino la vita sessuale. Uno studio condotto in Francia da oltre 200 specialisti in otorinolaringoiatria, ha rivelato, infatti, che le persone alle prese con occhi rossi e lacrimosi, naso chiuso o gocciolante e starnuti a causa di ipersensibilità ai pollini, alle muffe, alla polvere oppure agli animali domestici, hanno più disturbi del sonno e lamentano maggiori difficoltà ad addormentarsi.

Sotto il coordinamento dell'Hotel Dieu di Parigi, sono stati presi in esame 600 pazienti affetti da rinite allergica da almeno un anno, relativamente giovani (età media 34 anni) e di entrambi i sessi.

Dal confronto con un gruppo di altrettante persone sane, è emerso che oltre il 40 per cento di quelli che soffrivano di rinite allergica aveva difficoltà a prender sonno, mentre questo problema era presente solo nel 18 per cento dei coetanei sani. I sintomi della rinite, peraltro, si ripercuotono sulla qualità del sonno anche quando ci si è addormentati: il 63 per cento di coloro che hanno rinite allergica, infatti, ha la percezione di non riuscire a dormire abbastanza, mentre questa sensazione è dichiarata soltanto dal 25 per cento dei soggetti sani.

Senza quiete per colpa della rinite

La rinite allergica è ritenuta da molti, erroneamente, un disturbo banale. Invece, non solo è fastidiosa di giorno, ma è capace di guastare anche le notti e, di rimbalzo, l'attenzione, la memoria, l'umore e perfino la vita sessuale. Uno studio condotto in Francia da oltre 200 specialisti in otorinolaringoiatria, ha rivelato, infatti, che le persone alle prese con occhi rossi e lacrimosi, naso chiuso o gocciolante e starnuti a causa di ipersensibilità ai pollini, alle muffe, alla polvere oppure agli animali domestici, hanno più disturbi del sonno e lamentano maggiori difficoltà ad addormentarsi.

Sotto il coordinamento dell'Hotel Dieu di Parigi, sono stati presi in esame 600 pazienti affetti da rinite allergica da almeno un anno, relativamente giovani (età media 34 anni) e di entrambi i sessi.

Dal confronto con un gruppo di altrettante persone sane, è emerso che oltre il 40 per cento di quelli che soffrivano di rinite allergica aveva difficoltà a prender sonno, mentre questo problema era presente solo nel 18 per cento dei coetanei sani. I sintomi della rinite, peraltro, si ripercuotono sulla qualità del sonno anche quando ci si è addormentati: il 63 per cento di coloro che hanno rinite allergica, infatti, ha la percezione di non riuscire a dormire abbastanza, mentre questa sensazione è dichiarata soltanto dal 25 per cento dei soggetti sani.