

# Allergie

## ...alcuni rimedi

### Come si definisce

La parola deriva dal greco e significa "alterata reattività", infatti l'allergia è una reazione esagerata del nostro organismo di fronte a sostanze comuni che sulla grande maggioranza degli individui non provoca alcun effetto.

La funzione del nostro sistema immunitario è quella di reagire e di difenderci dalle aggressioni di agenti esterni (es. batteri) che possono essere dannosi; nel caso delle persone allergiche il loro sistema immunitario riconosce come estranee e pericolose sostanze normalmente presenti nell'ambiente e non dannose per il nostro organismo.

In alcuni casi, per fortuna rari, oltre alle reazioni già sopra descritte si può avere un grosso abbassamento della pressione arteriosa con perdita di coscienza (shock anafilattico); risulta allora necessario un urgente ricovero in ospedale per un trattamento mirato. Fra i farmaci che più possono dare allergia vi è l'acido acetilsalicilico, molti antinfiammatori e antibiotici. In qualsiasi caso di reazione avversa da medicinali vi ricordiamo che è importantissimo segnalare l'episodio al vostro medico e al vostro farmacista.

### Rimedi - Farmaci

La cura delle allergie si basa principalmente su tre classi di farmaci

l'antiallergico per eccellenza della medicina naturale, può risultare molto utile sia nei bambini che negli adulti. Viburno: molto valido come broncodilatatore e antispastico per le vie respiratorie.

Euphrasia: utile soprattutto come decongestionante per gli occhi.

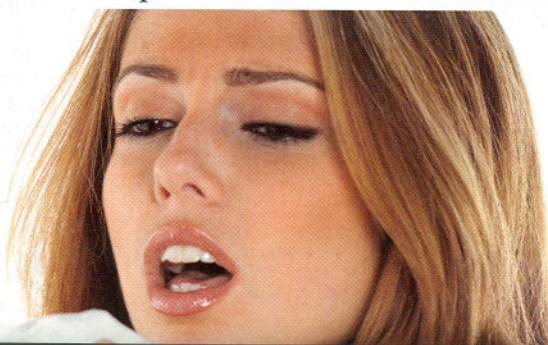
Calendula: utilizzata nell'orticaria per decongestionare e ridurre il prurito.

Pantescal: è un composto contenente estratto di ribes nigrum, capparispinoso, olivo, ginseng, liquirizia, camomilla: dalle proprietà antinfiammatorie ed antiossidanti. Infatti rafforzare le difese naturali dell'organismo è un modo per creare uno "scudo" contro allergie e ipersensibilità. Per maggiori informazioni rivolgetevi al tuo farmacista.

### Prevenzione comportamentale

Chiaramente per una persona allergica è importante venire il meno possibile a contatto con la sostanza che gli scatena l'allergia. Allergia da polvere: areare spesso la casa, evitare tappeti e tendaggi o tenerli comunque molto puliti. Allergia da animali: possibilmente evitare il contatto, lavare e spazzolare spesso l'animale, tenere la cuccia fuori casa. Allergia da piante: evitare opere di giardinaggio nei periodi più critici, fare attenzione alle giornate ventose perché è maggiore la diffusione dei pollini. Allergia da

farmaci: avvertire sempre medico e farmacista di questa possibilità.



Le allergie colpiscono a tutte le età, ma più facilmente si evidenziano nei bambini e nei ragazzi mentre, andando avanti con l'età, tendono a regredire.

### Cause e sintomi

Le cause delle allergie sono le più disparate, ne citiamo alcune fra le più importanti.

- **Sostanze** che vengono **inalate** con la respirazione: pollini, polvere (acari), fumi, muffe, sostanze irritanti, peli di animali. In questo caso possiamo avere un'irritazione delle vie respiratorie con infiammazione della mucosa nasale (rinite) e della gola con tosse e secchezza delle fauci. In qualche caso possono essere colpiti i bronchi con costrizione bronchiale e possibili attacchi d'asma.

- **Sostanze** con cui veniamo a **contatto**: ancora i pollini ma anche tessuti, coloranti, metalli, cosmetici, detersivi. Avremo ponfi sul corpo che scatenano un prurito molto forte e parleremo di orticaria, nel caso di contatto con gli occhi vi sarà infiammazione della congiuntiva, la tipica congiuntivite allergica.

- **Sostanze** che vengono **ingerite**: le più conosciute sono le fragole, il kiwi, i crostacei, il cioccolato. Oltre ai problemi gastro-intestinali quali diarrea o vomito potremo avere ancora dermatite e problemi respiratori. Un discorso a parte merita l'allergia da farmaci. Molti di questi, soprattutto se assunti per via orale o per via intra-muscolare e endovenosa possono dare reazioni allergiche anche violente.



che, a seconda della gravità del caso, possono essere consigliati dal vostro farmacista oppure prescritti ed assunti sotto controllo medico.

- I **vasocostrittori**: utilizzati soprattutto come spray nasali o colliri danno momentaneo benessere grazie alla riduzione del gonfiore e del prurito.

- Gli **antistaminici**: agiscono contrastando l'istamina che è la sostanza colpevole dei sintomi allergici. Sono farmaci di largo uso e ben tollerati; alcuni di libera vendita e altri su ricetta medica. Li troviamo in pomate, colliri, spray nasali, compresse, iniezioni; utilizzati chiaramente a seconda del tipo e dell'intensità dell'allergia. Le pomate sono fotosensibili per cui dopo la loro applicazione è consigliabile non esporsi al sole; invece ricordiamo che compresse e iniezioni antistaminiche possono dare sonnolenza per cui è sconsigliata l'assunzione per chi deve tenere un alto livello di attenzione (esempio: la guida).

- I **cortisonici**: sono farmaci molto validi per contrastare le reazioni allergiche; sono utilizzati nei casi più importanti strettamente sotto controllo e ricetta medica.

### Altri rimedi

In taluni casi, secondo il suggerimento del medico o del farmacista, può essere utile non trascurare l'eventuale ricorso a rimedi omeopatici; anche nel mondo erboristico sono disponibili numerose sostanze che possono alleviare validamente i fastidi delle allergie. Ribes nigrum: in macerato glicerico è