

LA STAGIONE DELLE ALLERGIE E' ARRIVATA DURANTE IL COVID



L'arrivo della primavera si associa inevitabilmente alla diffusione delle allergie respiratorie, al punto che si può parlare di 'stagione delle allergie'. Da qualche anno, ad aggravare la situazione, ci sono le abitudini comportamentali dettate dalla pandemia Covid-19 e le variazioni climatiche.

Sull'argomento sentiamo il professor

Giorgio Walter Canonica, del Centro di medicina personalizzata per l'asma e le allergie all'Istituto Humanitas di Milano: “Per minimizzare la preoccupazione delle allergie sulla vita quotidiana, va detto che i sintomi della rinite e dell'asma sono diversi da quelli del SARS-CoV-2: per la rinite allergica sono gli starnuti, naso chiuso che cola di un muco tendenzialmente bianco, una irritazione del palato. mentre per l'asma la sintomatologia include fame d'aria, sibili, e costrizione dei bronchi. Se invece si hanno febbre, tosse secca, fatica muscolare, soprattutto perdita del gusto e dell'olfatto, bisogna consultare il proprio medico per una possibile infezione da SARS-CoV-2”.

Da due anni l'utilizzo della mascherina è stato determinante per una minore inalazione di pollini e disturbi legati alle allergie respiratorie. Non così per coloro che sono più esposti agli allergeni presenti negli ambienti chiusi, in particolare quelli domestici dove siamo stati costretti a vivere durante la pandemia.

Diversi studi confermano che gli individui allergici e quelli asmatici vanno meno soggetti all'infezione da coronavirus.

“Questo perché - spiega il professore Canonica - il meccanismo immunologico che determina l'allergia diminuisce l'effetto dei recettori del SARS-CoV-2 sulle cellule delle mucose, con minor rischio di essere infettati”.

“Il cambiamento climatico ha alterato i cicli delle stagioni, influenzando decisamente sull'incidenza delle allergie - prosegue il professor Canonica - in alcune piante le pollinazioni sono aumentate oltre ad essere più precoci”.

Una indagine sulla fioritura della Parietaria (pianta molto diffusa in Italia) ha evidenziato che i tempi di pollinazione di questa specie, nell'arco di 20 anni, si sono allungati di tre mesi.

Per prevenire e gestire al meglio le allergie nei luoghi chiusi (in casa o al lavoro) si consiglia di arieggiare frequentemente i locali per evitare un accumulo di umidità, anche se aprendo le finestre in primavera e in estate ci si espone di più al rischio di respirare dei pollini.

La prima regola per un soggetto allergico è di stare il più possibile lontano dalla causa dell'allergia.

I farmaci da banco o di automedicazione (contraddistinti sulla confezione da un bollino rosso che sorride) sono il migliore alleato per alleviare i sintomi delle allergie respiratorie. Tra questi figurano gli antistaminici e gli antiallergici, disponibili come

spray nasali, colliri o compresse. A questi si aggiungono i decongestionanti nasali (da usare con cautela).

Per quanto riguarda la rinite allergica si può ricorrere ad antistaminici di seconda generazione (disponibili senza ricetta, ma sempre con il consenso del medico), a steroidi nasali, a farmaci a base di antileucotrieni o salbutamolo, indicati anche per la cura dell'asma pediatrica.

“Poiché i pazienti allergici non sono tutti uguali - conclude il professor Canonica - e la sintomatologia può presentarsi in maniera differente, se queste prime soluzioni non bastano, è meglio rivolgersi al proprio medico curante o a un allergologo per avere una cura personalizzata”.

Giancarlo Sansoni