



Commissione Difesa Vista

OCCHI ROSSI, LACRIMAZIONE E PRURITO, ATTENZIONE ALLE ALLERGIE

In alcune zone di Italia la primavera è solo sulla carta, ma i fenomeni allergici sono già comparsi.

**Sono 10 milioni gli italiani allergici,
il 30% sono bambini e oltre il 60% donne.**

**Ecco i consigli della Commissione Difesa Vista per difendere i propri occhi e
l'invito a proteggersi con occhiali da sole di qualità.**

Milano, 8 Maggio 2013 – La primavera in alcune zone d'Italia sta tardando ad arrivare, ma per chi soffre di allergia, i sintomi si stanno già facendo sentire. Pollini, polveri – e più avanti granelli di sabbia - sono alcune delle principali cause di occhi rossi e irritati quasi sempre sintomi di congiuntivite, un'inflammazione della sottilissima membrana trasparente che avvolge il globo oculare.

«Anche se al Nord, il maltempo le ha in parte ritardate, le allergie arriveranno e tutte insieme!», avverte il Professor Loperfido, consulente della Commissione Difesa Vista e professore a contratto presso L'Università Vita e Salute dell'Ospedale San Raffaele di Milano. «A provarle principalmente pollini, appartenenti alla famiglia degli allergeni, che entrano in contatto con l'organismo. Gli allergeni sono costituiti da sostanze presenti un po' ovunque: nei peli degli animali domestici, nella polvere e nei pollini di alcune piante che, dispersi dal vento o trasportati dagli insetti possono sviluppare reazioni allergiche».

Le malattie allergiche sono aumentate negli ultimi anni, soprattutto quelle agli occhi. Può sembrare un'esagerazione, ma **un italiano su cinque soffre di un'allergia**, più o meno grave. I sintomi variano dalla rinite all'asma, dalle congiuntiviti alle forme alimentari. Si tratta di allergie stagionali perché insorgono prevalentemente in determinati periodi dell'anno, in particolar modo in primavera, con i primi pollini e continuano a creare problemi per tutta l'estate. Variano da regione a regione e da nord a sud, in base alle piante che fioriscono in quella determinata zona e dalla percentuale di umidità ed inquinamento contenuta nell'aria. E proprio nei periodi di fioritura **l'occhiale da sole diventa un prezioso alleato per fare da filtro contro i pollini**. E' importante che l'occhiale sia di qualità - costruito con materiali anallergici, che rispettano tutti gli standard in materia di tutela della salute - e acquistato in

canali distributivi "certificati" (Centri Ottici). Bisogna non solo proteggere gli occhi dai corpi estranei, ma anche evitare allergie alla pelle. Inoltre un buon occhiale da sole serve da schermo per la fotofobia, ovvero il fastidio verso la luce, che è uno dei problemi che sviluppa il soggetto allergico. Preferibilmente avvolgenti come barriera di protezione per l'occhio per tenere lontani i corpi estranei. Ai soggetti che indossano lenti a contatto, a maggior ragione, è consigliabile l'utilizzo di occhiali da sole. Nei casi più acuti di allergia sarebbe meglio sospendere per un certo periodo l'utilizzo delle lenti e sostituirle con gli occhiali da vista o con lenti giornaliere in modo tale che gli allergeni depositati sulla lente vengano gettati con la lente stessa.

Paese che vai polline che trovi!

Ogni anno, nel periodo che va da marzo ad ottobre circa, circa 10 milioni di italiani soffrono di un'allergia fastidiosa ai pollini. Si tratta appunto di problemi stagionali perché insorgono prevalentemente in determinati periodi dell'anno. E non solo. Variano anche da zona a zona: nell'Italia settentrionale nei primi mesi dell'anno bisogna stare attenti alla fioritura di Betulla-Nocciolo-Carpino. Da Marzo a Luglio invece sono i mesi di Ortica e Parietaria, salice e pioppo in marzo e aprile, la graminacee da maggio fino a settembre luglio. Tenendo conto che quest'anno la primavera è sbocciata con leggero ritardo, molte fioriture si sono sovrapposte. Ecco quindi che anche le allergie "sbocciano" tutte insieme! I pollini poi "viaggiano" con l'aria, ed è quindi difficile evitare il contatto.

Tutti, nessuno escluso!

Le allergie non colpiscono più soltanto soggetti in fase di evoluzione, ma anche adulti e persone in età avanzata. Questo significa che chi non è allergico può diventarlo nel tempo. Certo la componente ereditaria gioca comunque un ruolo importante. Secondo recenti statistiche risulta che un bambino con genitori non allergici ha il 12,5% di possibilità di essere colpito da allergie, con solo un genitore allergico ha il 19,8% di possibilità, la percentuale sale al 42,9% nel caso di un bambino con entrambi i genitori allergici. La familiarità non determina l'allergia a qualcosa. Ovvero se il genitore è allergico alle graminacee non è detto che anche il figlio lo sia. Ma sappiamo che il bambino avrà una certa predisposizione alle allergie, che, con grande probabilità, il suo sistema immunitario svilupperà anticorpi per gli allergeni.

L'esperto di CDV consiglia di *«portarsi sempre dietro degli anti allergici non cortisonici quando ci si sposta nei giorni di vacanza. Un cambiamento climatico può far sfociare allergie mai manifestate precedentemente: un soggetto, infatti, può rivelarsi allergico a qualcosa che non c'è dove vive ma c'è dove va in vacanza»*.

Qualsiasi sia l'età del soggetto che manifesta fenomeni allergici, è importante intervenire fin dai primi sintomi: iperemia (rossore) binoculare, prurito, improvvisa lacrimazione. Davanti a questi sintomi il consiglio è quello di un controllo dallo specialista, sarà il medico a prescrivere

adeguati accertamenti. Tra le prove allergiche più efficaci: lo **skin prick test e la ricerca delle IgE specifiche sul siero.**

Assolutamente vietato...strofinare gli occhi!

Lacrimazione e una irresistibile voglia di grattarsi gli occhi? Nel soggetto allergico sono Un errore da non fare, perché peggiora solo la situazione. «*Strofinare gli occhi rende più "amici" anticorpi e antigeni (polline o altro elemento allergizzante) con la liberazione di istamina che aumenta il prurito stesso*», spiega Loperfido. «*Inoltre il soggetto allergico solitamente ha una lacrimazione "difettosa". La meccanica dello strofinamento potrebbe anche provocare delle lacerazioni alla cornea*».

Cosa, invece, bisogna fare

La congiuntivite allergica non va sottovalutata perché, a lungo termine, può determinare un danno alla superficie oculare. La cura è di due tipi: si può bloccare in fase acuta con colliri al cortisone. Oppure si può intraprendere un'azione preventiva 15 giorni prima del periodo di esplosione dell'allergia, intervenendo con colliri antiallergici - mattina e sera - che impediscono un contatto diretto tra allergeni e anticorpi e quindi non si libera stammina.

Infine, sarebbe utile avere sempre con sé delle salviettine umidificate per la pulizia del bordo palpebrale (si trovano in commercio in farmacia e presso i centri ottici): rimuovono eventuali allergeni e questo è importante perché oltre alle congiuntiviti ci sono anche le blefariti allergiche.

GLOSSARIO

BLEFARITI: SONO INFIAMMAZIONI DELLE PALPEBRE, IN PARTICOLAR MODO DEGLI ANGOLI. E' UN DISTURBO MOLTO COMUNE E PUO' ESSERE ASSOCIATO A UNA PICCOLA INFEZIONE BATTERICA O AD UNA CONDIZIONE GENERALE DELLA PELLE.

CONGIUNTIVA PALPEBRALE: SOTTILE MEMBRANA MUCOSA TRASPARENTE CHE RICOPRE LA SUPERFICIE INTERNA DELLE PALPEBRE E LA SUPERFICIE ESTERNA DEL BULBO OCULARE, ESCLUSA LA CORNEA.

CORNEA: AREA TRASPARENTE ANTERIORE DELL'OCCHIO, CHE RICOPRE IRIDE, PUPILLA E CAMERA ANTERIORE, ASSICURA BUONA PARTE DEL POTERE DIOTTRICO OCULARE.

ISTAMINA: SOSTANZA LIBERATA DALLE MASTCELLULE NELLO SCATENAMENTO DEI FENOMENI ALLERGICI. PROVOCA VASODILATAZIONE DEI CAPILLARI E VASOCOSTRIZIONE DELLE ARTERIOLE E VENULE CON CONSEGUENTE EDEMA; STIMOLA LA SECREZIONE GASTRICA.

PRICK TEST: IL PRICK TEST PUÒ ESSERE EFFETTUATO A TUTTE LE ETÀ. E' UN'INDAGINE SEMPLICE E SICURA E IN GENERE, RAPPRESENTA L'ESAME DI PRIMA ISTANZA DI FRONTE AL SOSPETTO DI UN'ALLERGIA. PRICK TEST E PRICK BY PRICK TEST SI ESEGUE SULLA CUTE DELLA SUPERFICIE FLESSORIA DELL'AVAMBRACCIO. I PUNTI SOTTOPOSTI AD INDAGINE VENGONO SEGNATI CON UN PENNARELLO, CULLA CUTE VIENE POSTA UNA GOCCIA DI ESTRATTO ALLERGENICO DILUITO, CHE VIENE ATTRAVERSATA DA UNA LANCETTA STERILE (UN MINUSCOLO SPILLO), FATTO PENETRARE PER CIRCA 1 MM NELL'EPIDERMIDE (PRICK IN INGLESE SIGNIFICA APPUNTO PUNGERE). DOPO CIRCA UN MINUTO LA GOCCIA VIENE ASPORTATA CON UN PEZZETTO DI CARTA ASSORBENTE E DOPO 15/30 MINUTI SI OSSERVA LA RISPOSTA CUTANEA. L'ESAME È CONSIDERATO POSITIVO SE COMPARE UN POMFO DI DIAMETRO UGUALE O SUPERIORE AI 3 MM, CIRCONDATO DA UN ALONE ERITEMATOSO (ARROSSAMENTO), CHE GENERALMENTE PROVOCA PRURITO.

RAST TEST ED ALLERGIE: ACRONIMO DI RADIOALLERGO-SORBENT TEST - È IL NOME DI UN'INDAGINE DIAGNOSTICA ALLERGOLOGICA DI SECONDO LIVELLO. QUEST'ESAME SI BASA SUL PRESUPPOSTO CHE UNA PERSONA ALLERGICA AD UNA DETERMINATA SOSTANZA PRESENTA NEL SANGUE ANTICORPI SPECIFICI CONTRO QUEL DATO ALLERGENE

Commissione Difesa Vista (CDV) è un organismo nato nel 1972 con l'obiettivo di informare in maniera corretta e puntuale su argomenti legati alla salute del bene vista. Nel corso degli anni, la Commissione, composta dai maggiori specialisti in materia, ha organizzato seminari, convegni, workshop e realizzato un gran numero di campagne pubblicitarie e informative sui temi degli occhi e della visione, oltre a ricerche su argomenti più scientifici.

Attualmente fanno parte di Commissione Difesa Vista:
ANDOM (Associazione Nazionale Distribuzione Ottica Moderna)
Assogruppi Ottica
Federgruppi Ottica
Federottica
Mido
SOI (Società Oftalmologica Italiana)
Vision + Onlus.

Per informazioni:

Fast-Com – Ufficio Stampa Cdv

Michela Mezzolo

Tel: +39 02 87280954

Cell. +39 340. 2146623

michela.fastcom@grupposantagostino.com