



## Allergia ai pollini o Pollinosi

A cura del Dott. Giovanni Cavagni, allergologo e pediatra

### ■ Che cosa sono i pollini?

I pollini sono i granuli che, trasportati dal vento, permettono la riproduzione della pianta. Di questi, soltanto i **pollini più piccoli**, quelli invisibili ad occhio nudo, **provocano in soggetti predisposti la reazione allergica**.

### ■ Quando sono presenti nell'aria i pollini?

Nel periodo dell'impollinazione i granuli si concentrano nell'aria e determinano i più comuni disturbi allergologici, quali **congiuntivite, raffreddore, sibili respiratori e asma**. Ogni pianta ha un periodo di impollinazione specifico, determinato dal clima e dalla regione in cui si trova. Per maggiori informazioni, è possibile consultare online il **bollettino pollinico italiano**.

### ■ Quando sono più fastidiosi?

Solitamente i soggetti allergici accusano **maggiori disturbi nelle giornate calde e ventose**; la pioggia invece appesantisce i granuli pollinici che si depositano al suolo migliorando i disturbi respiratori.

### ■ Che cos'è la sindrome orale allergica (SOA)?



La **Sindrome Orale Allergica** si manifesta tramite la comparsa di **prurito e gonfiore di labbra, lingua, gola e palato** quando un soggetto allergico mangia frutti come mele, pesche o meloni e verdura come pomodori, carote, cicoria, sedano e finocchio.

Si tratta di un'**allergia crociata**, ovvero un disturbo per cui si verifica una reattività incrociata tra pollini di alcune famiglie e vari alimenti vegetali. La principale responsabile di questa reazione allergica è la **profilina**, una

proteina allergenica (da considerare come un panallergene) che si può ritrovare in numerosi vegetali, creando una sorta di somiglianza tra polline inalato e frutta e/o verdura mangiata.

### ■ Come si esegue la diagnosi?

La diagnosi della pollinosi si basa prevalentemente su:

- **La storia clinica dei disturbi accusati dal soggetto**, come per esempio occhi rossi, starnuti con prurito al naso, tosse o difficoltà a respirare
- **I risultati delle indagini specifiche per confermare il sospetto clinico**. Sono sufficienti i test cutanei diagnostici eseguiti sulla cute del braccio (il cosiddetto **prick test**), ma si può ricorrere anche ad esami del sangue per confermare la diagnosi di allergia respiratoria (dosaggio delle **IgE specifiche**). Oggi, grazie alla biologia molecolare e alle nanotecnologie, si possono dosare le IgE specifiche per le singole molecole allergeniche (il **test ISAC**, metodo con cui si dosano 103 molecole con un solo prelievo di sangue) molto utile per scoprire le allergie da reazione crociate o per personalizzare il vaccino antiallergico per lo specifico polline.

## ■ Cosa si può fare per combattere le allergie?

### Quando si è in casa...

- Mantenere **chiuso le finestre** della camera nei **periodi di massima presenza di pollini nell'aria** (la mattina dalle 5 alle 10 e nelle giornate ventose)
- Utilizzare, ove possibile, **condizionatori con filtri antipolline**
- Utilizzare, ove possibile, **zanzariere a maglia molto stretta**, in commercio, che impedisce il passaggio dell'80% dei pollini allergizzanti, consentendo così di tenere le finestre aperte

### Quando si è fuori casa...

- **Indossare occhiali da sole aderenti alla faccia** e considerare la possibilità di indossare una mascherina a copertura del naso quando si va in bicicletta o in motorino
- **In auto:** tenere chiusi i finestrini ed utilizzare condizionatori con filtro anti-polline
- **Senza protezione medicamentosa è bene:**
  - ◇ Evitare prati e zone in cui si stia tagliando l'erba
  - ◇ Limitare le gite in campagna nel periodo dell'impollinazione
  - ◇ Nel periodo dell'impollinazione, per le vacanze sono preferibili località dove i pollini non arrivano, marine o di alta montagna, oltre i 1500 metri

## ■ Quale terapia è più indicata?

La terapia più comune per la pollinosi è costituita da **antistaminici per bocca e corticosteroidi locali** (oculari, nasali o inalati per bocca), su indicazione dello specialista allergologo o del medico di famiglia.

La prevenzione ambientale consigliata è di difficile applicazione per cui può essere indicato ricorrere alla **immunoterapia specifica desensibilizzante** ( i cosiddetti "**vaccini antiallergici**") che consiste nella inoculazione sottocutanea di dosi crescenti dell'estratto allergenico del polline a cui il soggetto è reattivo.

Più recentemente è stata adottata come immunoterapia specifica la **somministrazione per bocca con singole molecole allergeniche**, procedura molto più gradita specie dai bambini, anche se richiede una continuità giornaliera della sua somministrazione.

