



## La casa dell'asmatico allergico: a cosa prestare attenzione?

La nostra allergologa spiega come la prima cura sia nella casa.

La cura dell'ambiente domestico è particolarmente importante per chi soffre di allergie respiratorie. Di seguito alcuni consigli:

### IN GENERALE

- Evitare l'utilizzo di forti **profumi**, deodoranti o fragranze per la casa
- Non **fumare** in casa
- Mantenere un'adeguata **pulizia** e **ventilazione** nelle stanze
- Controllare l'**umidità** delle abitazioni
- Riparare eventuali **crepe** nei pavimenti
- Rimuovere tutti i residui e gli **scarti alimentari**
- Utilizzare agenti chimici in grado di uccidere gli "**infestanti**" o anche trappole in grado di catturarli.

### POLLINI

Per chi soffre di asma allergica da pollini, durante i **periodi di fioritura** e soprattutto nelle **giornate ventose**, è raccomandabile **tenere chiuse le finestre**. Si possono aprire solo la sera tardi, quando la concentrazione dei pollini nell'aria è più bassa.

### ACARI

Nel caso di allergia agli acari:

- Utilizzare **rivestimenti in legno, piastrelle** o **linoleum** ed evitare moquette, tappeti, carte da parati;
- Rivestire materassi, cuscini e divani con opportune **coperture antiacaro**, in modo da isolare gli acari stessi dall'apparato respiratorio degli allergici;
- Evitare di stendere **panni umidi all'interno** della casa per non aumentare il grado di umidità interna, che favorisce lo sviluppo degli acari stessi;
- **Rifare il letto più tardi nel corso della giornata**, in modo da consentire al materasso di asciugarsi dall'umidità che si è accumulata durante la notte.

### ANIMALI

In caso di **asma bronchiale** con accertata **allergia ad animali domestici** (soprattutto il gatto è ritenuto responsabile dei sintomi più rilevanti), si consiglia di **evitare la convivenza con gli animali** stessi o, in alternativa, **lavarli spesso**.

Anche gli **animali infestanti** (come blatte e roditori) possono provocare allergie respiratorie. Nella maggior parte dei casi accade in situazioni abitative interessate da scarsa igiene, eccessiva umidità e inadeguatezze strutturali, come muri e pavimenti vecchi o crepati.

In ogni caso, quando si soffre di un'allergia, è **importante individuare al più presto la causa** scatenante per effettuare un'opportuna **prevenzione** e trovare un'adeguata **terapia**.



**Dott.ssa Antonietta Melchiorre**  
Medico Allergologo e Pneumologo

Laureata in **Medicina e Chirurgia** con lode presso l'Università dell'Aquila con successiva specializzazione in **Allergologia e Immunologia Clinica** presso l'Università di Firenze e in **Malattie dell'Apparato Respiratorio** presso l'Università di Milano.

Responsabile fino a dicembre 2017 dell'Unità Operativa di Pneumologia e Allergologia presso l'**Azienda Ospedaliera di Desenzano del Garda**. Dal 2018 svolge attività ambulatoriale come Allergologa e Pneumologa presso **Terme di Sirmione**.

**Prenota la tua visita**  
0309904923  
termevirgilio@termedisirmione.com

**Chiedi al medico**  
blog.termedisirmione.com

**Approfondisci su**  
[termedisirmione.com/it/salute/cura/allergologia](http://termedisirmione.com/it/salute/cura/allergologia)

**Seguici sui social**  
  @termevirgilio



TERME DI SIRMIONE