



## **E' possibile prevenire e trattare le allergie con la medicina naturale e l'omeopatia**

*di Fabio Reposi, direttore Farmacia Comunale Aranova*

**La rinite allergica colpisce circa il 15% della popolazione sia in et  pediatrica che adulta e pu  essere solitamente associata alla presenza di asma, eczema, sinusite cronica o ricorrente, tosse e talvolta sia mal di testa tensivo che emicrania.**

Le allergie primaverili vengono scatenate quando **gli alberi iniziano a fiorire e miliardi di granuli di polline vengono rilasciati nell'aria** causando negli individui suscettibili lo sviluppo di rinite

allergica (raffreddore da fieno). In questi pazienti il polline provoca la degranolazione dei mastociti che contengono mediatori infiammatori (istamina e altre sostanze chimiche che causano allergie).

**Questo processo Ã¨ clinicamente rappresentato dalle seguenti sintomatologie:** occhi rossi, acquosi e pruriginosi o con edema periorbitale, starnuti, rinorrea, gocciolamento retro nasale, prurito e gola irritata, mal di testa sinusale, sensazione di pienezza dei seni nasali. Oltre questi sintomi i mediatori infiammatori portano gonfiore e ipertrofia dei turbinati nasali fino a una possibile perdita del gusto e dell'olfatto. Il polline puÃ² anche scatenare attacchi d'asma, con mediatori infiammatori provenienti dai mastociti degranulati che causano infiammazione delle vie aeree, iperattivitÃ  bronchiale e ostruzione del flusso d'aria, quest'ultima conseguenza di fattori quali broncocostrizione acuta ed edema delle vie aeree e formazione di tappo di muco.

**Il polline degli alberi Ã¨ in genere il principale responsabile delle allergie primaverili** essendo trasportato dall'aria da inizio di febbraio e metÃ  di giugno. Tuttavia il momento della diffusione del polline varia geograficamente, a seconda del clima di una regione, del clima invernale, dei fenomeni di siccitÃ  e delle specie di alberi.

Anche il riscaldamento globale e il cambiamento climatico stanno ora influenzando quali allergeni si verificano in periodi specifici dell'anno. Inoltre, l'aumento delle temperature allunga il periodo di rilascio del polline determinando una sua maggiore esposizione con la conseguenza di **un aumento sensibile dei casi di allergia che potrebbero piÃ¹ che raddoppiare entro il 2040.**

**Il polline innesca una reazione allergica solo nelle persone con anticorpi allergici (immunoglobuline E) specifici per quel polline.** I mastociti nelle vie nasali e respiratorie, nei seni nasali, nella gola e negli occhi vengono sensibilizzati con le immunoglobuline E, rilasciano infine istamina e altri mediatori infiammatori, che causano starnuti, tosse, respiro sibilante e lacrimazione degli occhi. L'uso di antistaminici orali, spray nasali corticosteroidi e antistaminici, corticosteroidi inalanti e colliri antistaminici stabilizzatori dei mastociti possono aiutare ad attenuare questi sintomi.

**La storia familiare gioca un ruolo significativo nella predisposizione di un individuo alle allergie.** Se un genitore ha allergie, allora Ã¨ probabile che almeno uno dei figli ne abbia; la probabilitÃ  Ã¨ maggiore se le allergie colpiscono entrambi i genitori. **E' possibile prevenire e trattare le allergie con la medicina naturale e l'omeopatia.** La fitoterapia si avvale di due piante fondamentali, che hanno funzione cortisone-simile. Da un lato le gemme di Ribes nigrum in forma di macerato glicerico, con azione antiallergica e antinfiammatoria che agisce sulla corteccia surrenalica, dall'altro l'Elicriso rupestre in forma di tintura madre, in alternativa al Ribes nigrum, sempre con una azione cortisone-simile. Come prevenzione almeno un mese prima, con dosi piÃ¹

importanti invece nella fase acuta dell'allergia.

**A livello omeopatico la fase acuta puÃ² essere trattata con l'Allium cepa, (la cipolla),** quando i sintomi sono una secrezione nasale molto irritante, prurito in gola, tosse e occhi che lacrimano. Un altro rimedio, importante per le congiuntiviti allergiche, Ã¨ l'Euphrasia officinalis quando sono presenti lacrimazione irritante e bruciore agli occhi. Infine, per chi soffre di prurito in gola e verso le orecchie, la Sabadilla. **Vanno tutti assunti fintanto che la sintomatologia acuta non si attenua, anche piÃ¹ volte al giorno.**

*(Immagine da web)*