



Informazioni per il paziente

ALLERGIA AGLI ACARI

*Gli acari sono dei piccoli organismi visibili solo al microscopio che trovano nelle nostre case l'ambiente ideale (proliferano meglio a temperature superiori a 25 gradi e a umidità maggiore del 50%). Si annidano in tappeti, imbottiture d'arredamento e materassi. Si attaccano ai vestiti e si nutrono di tutto ciò che è organico come forfora, peli e squame della pelle. **La prevenzione dei sintomi in soggetti allergici passa attraverso una corretta bonifica degli ambienti domestici.***

L'ARREDAMENTO

Eliminare la moquette e i tappeti.

Le **tende** devono essere leggere e **facilmente lavabili** anche ad alte temperature. Utilizzare **librerie chiuse** dove riporre i libri subito dopo l'uso. **Evitare l'uso di peluche** che devono essere riposti in ambienti chiusi o eliminati. Evitare le sedie imbottite.

LA PULIZIA DELLA CASA

E' utile utilizzare un **aspirapolvere** nei diversi ambienti della casa per moquette, tappeti e pavimenti. L'aspiratore deve però essere dotato di un **filtro di uscita dell'aria che trattiene gli acari** (altrimenti l'aria rientra in circolo e l'acaro viene ridistribuito nell'ambiente). In commercio esistono aspirapolveri che hanno **filtri HEPA** (High Efficiency Particulate Air filter), che trattengono quasi il 100% dell'allergene. Per spolverare usare un panno umido che trattiene la polvere.

Cambiare aria alle stanze per circa 15 minuti ogni 3 ore.

L'acaro cresce meglio in ambienti umidi: si consiglia di aprire la finestra con maggior frequenza nei locali come la cucina e i bagni. Anche il caldo favorisce la crescita degli acari, per questo cercare di mantenere la temperatura degli ambienti **non superiore ai 25 gradi**.

IL LETTO

L'acaro cresce nella maggior parte dei **materiali che costituiscono materassi e cuscini**.

Nei casi di allergia è pertanto consigliato come misura più efficace l'**utilizzo di fodere che non lasciano passare gli acari prodotte da aziende specializzate**.

Usare coperte di cotone o di materiale sintetico, più facilmente lavabile ad alte temperature.

Gli **stessi accorgimenti** si devono seguire anche ai **letti delle persone che dormono nella stessa stanza**.

Se queste misure si rivelano insufficienti, ricorrere al consiglio dello specialista.

CONTATTI ALLERGOLOGIA E IMMUNOLOGIA

direttore: Jan Walter Volk Schroeder

segreteria: tel. 02 6444.2751

allergologia@ospedaleniguarda.it