

10 INDIZI PER RICONOSCERE LE ALLERGIE OCULARI STAGIONALI E RIUSCIRE A TENERLE SOTTO CONTROLLO

Non solo starnuti a raffica, naso intoppato, lingua e labbra gonfie: la bella stagione porta anche una fastidiosa sintomatologia a carico degli occhi a quell'83% di persone¹ già colpite da riniti da polline come a tanti altri. Oltre il 20% della popolazione soffre infatti di un'allergia oculare stagionale², anche se in molti casi il problema non viene subito riconosciuto, con il conseguente rischio di peggiorare la situazione a causa di controproducenti rimedi "fai da te".

Realizzato da **Alcon** con il supporto di **FederAsma e Allergie ODV** e con la consulenza scientifica del **prof. Andrea Leonardi**, Dipartimento di Neuroscienze della Clinica Oculistica dell'Università di Padova, ecco allora un **pratico decalogo** per riconoscere i segnali che devono far sospettare la presenza di una congiuntivite allergica, spingendo a chiedere un consiglio al farmacista per la scelta del collirio più indicato e un controllo dall'oculista per meglio inquadrare il problema.

1) Il prurito agli occhi è il sintomo più frequente della congiuntivite allergica, accompagnato da rossore e lacrimazione. Tutti disturbi che possono anche essere la conseguenza delle tante ore passate al computer, specie in quest'epoca di smart working, ma non se si ripresentano quotidianamente e già nelle prime ore della giornata: in questo caso serve una visita dallo specialista.

2) Il gonfiore agli occhi è un'altra conseguenza dell'allergia oculare stagionale, spesso associato a "tic" e alla presenza di occhiaie causate non dalle ore piccole ma dalla congestione vasale sotto il sottilissimo strato cutaneo della zona perioculare.

3) Altro segnale sospetto: un forte fastidio nei confronti della luce, proprio nella stagione in cui risulta più intensa. Non a caso, una volta diagnosticata la congiuntivite allergica, viene consigliato di indossare all'aperto un paio di occhiali da sole con lenti categoria 4 (che fanno filtrare solo il 3-7% di luce) e dalla montatura avvolgente per proteggere maggiormente gli occhi dal polline.

4) La congiuntivite allergica, se non trattata adeguatamente, per il continuo strofinarsi degli occhi si può complicare con lo sviluppo di un'infezione batterica³: ritrovarsi al mattino con le palpebre "incollate" da una secrezione notturna è allora un altro campanello d'allarme che non bisogna ignorare.

5) Avete meno di 30 anni? Un motivo in più per non sottovalutare i sintomi sinora descritti e farsi vedere da uno specialista: il 70% dei soggetti va infatti incontro a congiuntivite allergica prima di quell'età⁴. E un altro fattore da considerare è la predisposizione genetica.

6) Anche per colpa dei mutamenti climatici, **le allergie oculari da polline possono manifestarsi già qualche settimana prima dell'inizio della primavera e si protraggono fino ad autunno inoltrato.**

7) Oltre a quelle stagionali, esistono **forme croniche** dovute a spore di muffe, peli di animali e acari della polvere che possono dare problemi anche lontano dalla stagione dei pollini.

8) Prurito e rossore degli occhi vengono molto spesso affrontati con il ricorso a colliri decongestionanti: adoperando questa tipologia di colliri il sollievo è però solo temporaneo, agendo solo sul sintomo del rossore e non sulla causa, con un potenziale rischio di eccedere nel loro utilizzo. Un primo confronto con il farmacista è indispensabile per individuare un collirio "mirato", ma è fondamentale non fermarsi qui e chiedere poi anche l'aiuto dell'oculista.

9) Perché serve una **visita oculistica**? Per verificare che si tratti effettivamente di un'allergia oculare stagionale e scoprire a cosa sia dovuta, anche in collaborazione con l'allergologo, grazie all'esecuzione di test cutanei (prick test) e specifici esami del sangue. Va davvero sottolineata l'importanza di questa valutazione diagnostica da parte dello specialista, che al momento avviene però solo nel 35% dei casi come evidenzia uno studio italiano condotto su più di 3.000 pazienti⁵.

10) Conoscere con esattezza i fattori scatenanti l'allergia oculare stagionale è utile non solo per impostare una indispensabile **terapia mirata**, ma anche per mettere in atto tutta una serie di **accorgimenti preventivi** (ridurre le ore trascorse all'esterno, tenere le finestre chiuse, indossare mascherine protettive negli spostamenti) nei periodi più a rischio, ovvero quando i tanti bollettini presenti nel Web indicano una maggiore concentrazione nell'aria dei pollini incriminati.

1. Mullol J., et al. *A Survey of the Burden of Allergic Rhinitis in Spain* *Investig Allergol Clin Immunol* 2009; Vol. 19 (1): 27-34.
2. Ghiglioni DG, Brindisi G, Diaferio L, et al. *La cheratocongiuntivite primaverile oggi. Rivista di Immunologia e Allergologia Pediatrica* 2021; 35(01): 13-28. https://www.riaponline.it/wp-content/uploads/2021/03/06_Doc_Comm_Miraglia-1.pdf
3. <https://www.grupposandonato.it/news/2020/giugno/congiuntivite-allergica-cause-sintomi-prevenzione>
4. Manisha et. Al. *Allergic Rinitis W.S.R. Vaataja Pratishaya and Rhinosinusitis W.S.R. Dusta Pratishaya-An Emerging Consideration in 21st century. Biomedical & Pharmacology Journal* Vol.5(2), 379-382 (2012).
5. Leonardi A, Piliago F, Castegnaro A, Lazzarini D, La Gloria Valerio A, Mattana P, Fregona I. *Allergic conjunctivitis: a cross-sectional study. Clin Exp Allergy.* 2015 Jun;45(6):1118-25. doi: 10.1111/cea.12536. PMID: 25809830. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25809830/>

IT-VC-2200041

Il presente materiale non è promozionale di prodotto, non rivendica né esplicita caratteristiche terapeutiche di farmaci di ALCON e come tale non ricade nell'ambito di applicazione del D.Lgs. 219/06.