

Dott. Walter INSEGNO

*medico chirurgo*

**Specialista in Ostetricia e Ginecologia**

Dir. responsabile della Struttura Semplice di Diagnostica Prenatale per Immagini ed Invasiva nella Struttura Complessa di Ostetricia e Ginecologia

**Ospedale Evangelico Internazionale**

STUDIO: C.so Solferino 12/4 GENOVA

tel. 010/879627

Riceve su appuntamento

DIAGNOSTICA PRENATALE: ECOGRAFIA FETALE, AMNIOCENTESI  
ECOGRAFIE GINECOLOGICHE

## ASMA E ALLERGIE IN GRAVIDANZA

### COS'E L'ASMA BRONCHIALE?

- ✂ L'asma è una malattia presente in ogni parte del mondo
- ✂ L'asma è causata da un'inflammatione cronica dei bronchi indotta da molte cause (di tipo prevalente allergico) e da vari stimoli (allergici e non)
- ✂ L'inflammatione determina lo spasmo dei bronchi con la riduzione del passaggio dell'aria e la sensazione di mancanza di fiato
- ✂ In gravidanza soffrono da una a quattro donne ogni cento

### SONO ASMATICA E GRAVIDA. COSA MI SUCCEDERA'?

- ⌘ Durante la gravidanza l'asma si comporta in modo variabile: può migliorare, non modificarsi, talora peggiorare
- ⌘ L'asma sotto controllo, in gravidanza non è un problema
- ⌘ Con un costante controllo è molto probabile che l'asma migliori. E' indispensabile seguire correttamente le indicazioni e le cure prescritte dal medico e presentarsi ai controlli programmati soprattutto quando l'asma non è ben controllata e si verificano crisi anche lievi
- ⌘ La Sua collaborazione è fondamentale per il controllo dell'asma e l'esito della gravidanza

### POSSO USARE I FARMACI ANTI-ASMATICI?

- ❖ Durante la gravidanza, se l'asma non è sotto controllo può causare gravi problemi, oltre che a Lei, al suo bambino
- ❖ Crisi prolungate, intense e ripetute, sono dannose: riducono l'ossigenazione del bambino e ne possono compromettere la crescita intrauterina
- ❖ E' necessario usare i farmaci anti-asmatici per prevenire le crisi d'asma e per ridurre l'intensità e la durata
- ❖ I farmaci anti-asmatici oggi disponibili, assunti in modo corretto e sotto controllo medico, sono molto efficaci e **non sono dannosi per il bambino**

### COME AGISCONO I FARMACI ANTI-ASMATICI?

Prevengono o bloccano i sintomi.

Si differenziano, secondo la loro azione, in:

- ◆ Preventivi (sodio cromoglicato, nedocromile sodico) delle crisi scatenate da allergeni o da altri stimoli asmogeni (aria fredda, sforzo fisico, infezioni etc.)

- ◆ Broncodilatatori (betastimolanti): sono sintomatici e sono utili per risolvere lo spasmo dei bronchi
- ◆ Anti-infiammatori (cortisonici topici o sistemici, antileucotrienici, antistaminici): servono per ridurre l'infiammazione bronchiale che è la causa delle crisi d'asma

Ricordi che:

- ◆ I farmaci anti-asmatici sono utilizzati soprattutto per via inalatoria
- ◆ La terapia **deve essere personalizzata** e tenere conto sia della particolare reattività dei bronchi sia delle allergie riscontrate

### **SONO IN CURA CON IL VACCINO ANTI-ALLERGICO: COSA FACCIO?**

- \* Il "vaccino anti-allergico" è una delle modalità di cura delle malattie allergiche respiratorie ed ha lo scopo di ridurre la reattività del soggetto nei confronti dell'allergene che causa i disturbi
- \* L'estratto usato non ha alcun effetto tossico diretto ed è un materiale innocuo per il suo bambino
- \* La decisione di continuare il vaccino dipende da una serie di valutazioni cliniche
- \* **Non prenda la decisione da sola:** ne parli con il suo allergologo che saprà consigliarla

### **CHE COSA DEVO EVITARE E CHE COSA DEVO FARE?**

- Eviti il fumo di sigaretta attivo e passivo, gli odori forti, gli ambienti malsani, gli sforzi eccessivi
- Eviti, per quanto possibile, il contatto con gli allergeni ambientali che sono responsabili della sua asma
- Si alimenti in modo corretto con cibi freschi evitando quelli conservati
- Assuma in modo corretto ed equilibrato i farmaci prescritti dal medico, e solo quelli (specificando ad ogni visita medica di essere in gravidanza e di soffrire di asma)
- In caso di accertata (o presunta) allergia al lattice della gomma naturale avverta prima di ogni visita interna in cui si adoperano guanti

### **COSA SUCCEDERÀ AL MOMENTO DEL PARTO?**

- ♣ Il periodo del travaglio e del parto naturale, sono raramente complicati da crisi asmatiche
- ♣ In caso di taglio cesareo, è preferibile l'anestesia peridurale.

### **POTRO' ALLATTARE IL MIO BAMBINO?**

- ⊗ L'allattamento al seno è caldamente consigliato, quando possibile, soprattutto alle donne allergiche.
- ⊗ I farmaci anti-asmatici non sono normalmente una controindicazione all'allattamento

### **COME POSSO CONTROLLARE CHE IL MIO BAMBINO STIA BENE?**

- ⌘ Rivolgendosi al ginecologo quando si programma o quando è iniziata la gravidanza
- ⌘ Presentandosi ai controlli stabiliti (sia dell'allergologo/pneumologo che del ginecologo) ed effettuare gli esami prescritti
- ⌘ Rilevando i movimenti del bambino in utero, a partire dalla 30° settimana (i movimenti fetali sono di solito un valido indice di benessere)

### **MIO FIGLIO SARA' ALLERGICO ED ASMATICO? SI PUO' PREVENIRE LO SVILUPPO DELL'ALLERGIA?**

- ♥ L'asma è il risultato di una predisposizione genetica che viene evidenziata da fattori ambientali (allergeni, inquinanti atmosferici) che inducono un'inflammatione bronchiale
- ♥ Gli allergeni (pollini, muffe, acari, forfora animale) sono tra gli stimoli che più frequentemente scatenano asma nei soggetti predisposti all'allergia (soggetti detti "atopici")
- ♥ I soggetti atopici sono circa il 25% della popolazione generale: i figli di genitori allergici hanno una maggiore probabilità di sviluppare la malattia allergica
- ♥ L'allattamento al seno e la predisposizione di un'abitazione "sana", ben ventilata, arredata in modo da facilitare l'eliminazione degli acari della polvere e preferibilmente senza animali domestici, sono condizioni importanti per ridurre e/o ritardare l'insorgenza di disturbi respiratori nel bambino
- ♥ Il fumo attivo e passivo è assolutamente da evitare: facilita la sensibilizzazione verso gli allergeni e le infezioni dell'apparato respiratorio del neonato. La maggior fragilità dell'apparato respiratorio del bambino persiste oltre il primo anno di vita

## **ACARI**

- ♣ Gli acari sono microscopici "ragnetti" che si trovano in pratica ovunque all'interno della casa e soprattutto albergano in materassi e cuscini
- ♣ Gli acari vivono al buio, in ambienti caldo umidi ed hanno un ciclo vitale di circa quattro mesi; si nutrono di forfora umana: pochi milligrammi di forfora nutrono per molto tempo colonie numerose di acari
- ♣ L'inalazione da parte di soggetti allergici della finissima polvere di acaro, e delle loro particelle fecali, è responsabile dei sintomi, sia respiratori che cutanei (per chi soffre anche di eczema)
- ♣ Una accurata bonifica ambientale è un importante aiuto nella cura delle allergie indotte dagli acari

Pertanto le consiglio:

- ♣ Ambienti di vita asciutti, ben areati ed esposti al sole
- ♣ Pavimenti ed arredi facilmente lavabili; evitare moquettes e tappezzerie; ridurre al minimo la presenza di tappeti (vanno puliti tutti i giorni!)
- ♣ Non arredare la camera da letto con mobili in vimini o librerie aperte; eliminare peluches, cuscini inutili, gomitolini di lana e altre cianfrusaglie "raccogli-polvere", non usare umidificatori e coperte elettriche
- ♣ Preferire materassi e cuscini di materiale sintetico (sono assolutamente sconsigliati materassi e piumoni in piuma d'oca) avvolgendoli con una fodera lavabile
- ♣ Esporre materassi, cuscini e coperte di lana all'aria aperta ed al sole il più spesso possibile
- ♣ Per le pulizie domestiche usare preferibilmente aspirapolvere con filtri idonei e panni umidi (le scope ed i piumini spostano e sollevano la polvere) indossando guanti e mascherina
- ♣ Le pulizie "a fondo" dovrebbero essere fatte da persona diversa dal soggetto allergico ed in assenza di quest'ultimo all'interno dell'abitazione
- ♣ Al cambio delle stagioni esporre a lungo all'aria e spazzolare accuratamente gli abiti da riporre negli armadi

## **POLLINI**

I pollini, raggiunta la maturazione, vengono liberati nell'atmosfera per svolgere il loro ruolo che è quello di fecondare altre piante.

Queste particelle sono prodotte in quantità enorme ma sono di dimensioni così piccole da potersi vedere solo con l'aiuto del microscopio

I periodi di fioritura sono diversi tra le varie specie vegetali considerate e il luogo geografico: la fioritura è anticipata nelle regioni più calde, al mare ed in pianura, rispetto alla montagna.

I pollini diffondono maggiormente nelle giornate soleggiate e ventose nelle prime ore del mattino raggiungendo la massima concentrazione nel tardo pomeriggio.

Alcuni comportamenti possono ridurre l'esposizione ai pollini:

- ♣ Dormire preferibilmente con le finestre chiuse
- ♣ In inverno e primavera, evitare località in cui sono presenti alberi come: betulle, noccioli, pioppi, faggi; in estate evitare prati e campi coltivati mentre nella tarda estate eviti i terreni incolti
- ♣ Non soggiornare in aperta campagna nei giorni di sole e tempo secco; se esposti al polline sciacquare frequentemente il volto e le parti scoperte con acqua
- ♣ Nei mesi "critici" praticare attività sportive in ambienti chiusi (palestre, piscine)
- ♣ Conviene viaggiare in auto con i finestrini chiusi, se possibile utilizzare il climatizzatore con filtro antipolline (che deve essere frequentemente cambiato)
- ♣ In alcuni soggetti i cibi vegetali, frutta e verdura, soprattutto se consumati crudi, danno, immediatamente dopo la loro ingestione, sintomi di tipo allergico (prurito al palato, senso di gonfiore alla lingua, starnutazione, crisi asmatiche); in questo caso non assumere più l'alimento ed avvertire l'allergologo