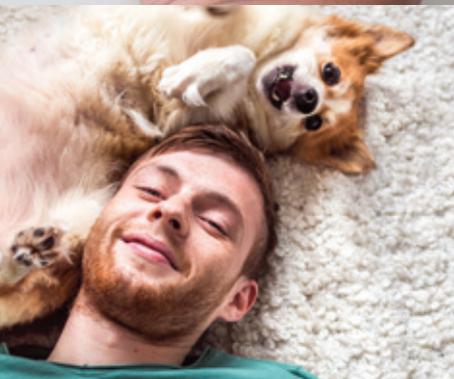


ALLER GENDA



Allergie
agli animali
domestici



Grazie

per aver scaricato
questo ebook!

Oggi in Italia vivono tanti animali domestici quanti esseri umani: 60 milioni circa. Un numero elevato, non a caso **per molti il cucciolo di casa è parte integrante della famiglia**. Cani, gatti, criceti, conigli e porcellini d'India sono i nostri amici, ci fanno compagnia, sanno stare al nostro fianco portando allegria in casa. E poi sono i migliori compagni di gioco dei nostri bimbi.

Eppure, l'esposizione agli allergeni di questi animali può scatenare **reazioni allergiche** che spingono molti a **rinunciare all'idea di adottare un amico a quattro zampe o, peggio, a separarsene quando fa parte della famiglia**.

Per evitare questa drastica decisione, alcuni preferiscono **tenere con sé il cane o il gatto, senza risolvere il problema allergico**. Questo alla lunga può avere serie ripercussioni sulla salute se la situazione non viene gestita con attenzione.

Questo ebook vuole essere un aiuto per chi è allergico e convive con un amico a quattro zampe, oppure intende iniziare a farlo.

All'interno sono presenti molte informazioni utili sul percorso da seguire, oltre a **consigli per ridurre i sintomi allergici ed evitare, quando possibile, di doversi separare dall'animale domestico**.

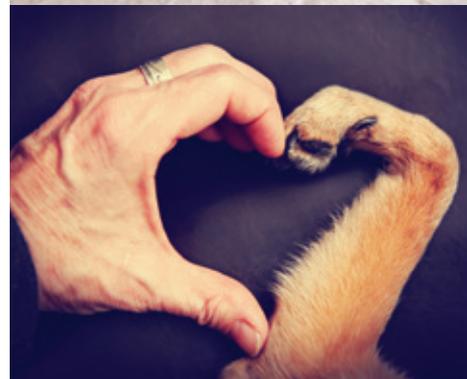
Buona lettura!



Dr. Filippo Fassio
Medico Chirurgo, Specialista in Allergologia e Immunologia Clinica, Dottore di Ricerca in Medicina Clinica e Sperimentale, fondatore nel 2010 del blog Allergologo.net e curatore dei contenuti scientifici della collana di ebook *Allergenda*.

Per ulteriori informazioni:
allergenda@gmail.com
www.allergenda.it/filippo-fassio-biografia

ATTENZIONE, i suggerimenti contenuti in queste pagine non possono sostituire la visita medica: solo il medico può valutare caso per caso giungendo alla diagnosi e all'identificazione dei trattamenti più efficaci.



Indice

L'allergia agli animali domestici,
un problema rilevante PAG.4

Lo sapevi?
In Italia ci sono tanti umani
quanti animali domestici PAG.5

Allergia: un meccanismo complesso PAG.6

Hot topics sulle allergie
agli animali domestici PAG.7

Allergeni e allergia PAG.9

Tutti i sintomi delle allergie PAG.10

L'allergia al gatto PAG.11

L'allergia al cane PAG.12

Allergie ad altri animali:
cavalli, roditori, uccelli e animali esotici PAG.13

Come si diagnosticano le allergie PAG.14

Cosa fare in caso di allergia agli animali PAG.16

Riassumendo... PAG.19

LO SAPEVI?

In Italia ci sono tanti umani quanti animali domestici!



60 milioni

Animali domestici che vivono nelle case degli italiani



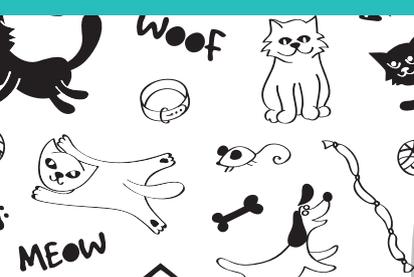
43,3%

Italiani con almeno un animale domestico



Quanti animali?

Numero di animali nelle case degli italiani con amici a quattro zampe



- 1 ANIMALE
- 2 ANIMALI
- 3 ANIMALI
- PIÙ DI 3 ANIMALI

22,5

60,8%

Possessori di animali che hanno almeno un **cane**



49,3%

Possessori di animali che hanno almeno un **gatto**



1/3

Quota di possessori di animali che è proprietaria anche (o solo) di un altro animale che non sia cane o gatto (pesci, tartarughe, uccelli, conigli, criceti e animali esotici)





ALLERGIA: UN MECCANISMO COMPLESSO

L'allergia è una **reazione abnorme del sistema immunitario** - la cui funzione è quella di difenderci da sostanze e organismi dannosi, come virus e batteri - **verso un allergene**, ovvero una sostanza normalmente innocua ma erroneamente considerata pericolosa. Questa reazione immunitaria eccessiva, inappropriata e dannosa dà origine a **infiammazione a carico di vari organi** e, dunque, **ai sintomi tipici dell'allergia**.

Lo stesso meccanismo è esattamente ciò che avviene negli allergici a contatto con gli animali domestici: **le persone "sensibilizzate" agli allergeni del cane e del gatto hanno un sistema immunitario che reagisce agli allergeni dispersi nell'ambiente dagli animali**.

Gli allergeni, particelle molto leggere che si trovano in sospensione nell'aria, vengono inalati e da lì entrano in contatto con i tessuti dell'organismo e il sistema immunitario. Le parti dell'organismo tipicamente coinvolte in questa reazione sono quelle che vengono per prime a contatto con gli allergeni: **le mucose nasali, gli occhi, i bronchi e in molti casi anche la pelle**.



HOT TOPICS

sulle allergie
agli animali
domestici

ALLERGICI SI NASCE?

NO! Nessuno di noi nasce allergico agli animali. Il processo che innesca l'allergia è legato a due fattori: da un lato la predisposizione e dall'altro l'esposizione. In altre parole, per diventare allergici a cani, gatti e altri animali domestici **occorrono una predisposizione genetica innata e una successiva esposizione all'animale.**

Non tutti hanno lo stesso rischio di diventare allergici, ma ad un certo punto della vita i soggetti che sono geneticamente predisposti potranno sviluppare i sintomi dell'allergia. È infatti **in occasione di un contatto con l'allergene, tipicamente da bambini, che il sistema immunitario deciderà se "tollerare" o "reagire" in caso di successiva esposizione.** Nel secondo caso, il soggetto divenuto allergico presenterà i sintomi dell'allergia quando verrà nuovamente a contatto con gli allergeni.

Purtroppo, ad oggi non abbiamo alcun modo per predire qual è il livello di rischio e chi svilupperà in futuro un'allergia.

ESISTONO CANI E GATTI "ANALLERGICI"?

NO! Tutti i cani e tutti i gatti producono allergeni. Caratteristiche come la **lunghezza del pelo** e la **razza** non sono associate ad una maggiore o minore probabilità di determinare reazioni allergiche. Una persona, inoltre, potrebbe essere sensibile a un allergene ma non a un altro.

Dal momento che quantità e tipologia di allergeni variano notevolmente non solo da razza a razza, ma anche da esemplare a esemplare, è **impossibile individuare un animale che certamente non ci causerà allergia.** Del resto uno studio del 2011 che ha confrontato razze canine definite anallergiche dagli allevatori con razze "tradizionali", ha individuato livelli di allergeni analoghi nei due gruppi di animali.

È COLPA DEI PELI?

NO! O perlomeno non soltanto. **Gli allergeni sono tipicamente contenuti nella pelle desquamata, nelle secrezioni di diverse ghiandole, nell'urina e nella saliva.**

Le particelle allergeniche **si muovono nell'aria depositandosi sulle superfici e sui vestiti.** Rimanendo a lungo nell'ambiente, possono causare allergie anche a distanza di mesi dall'allontanamento dell'animale dall'abitazione. Questo spiega perché **gli allergeni di cani e gatti possono trovarsi anche in case che non hanno mai ospitato animali domestici:** semplicemente "viaggiano" di casa in casa sugli abiti di persone che sono state a contatto con loro.

I peli possono fungere da veicolo per le particelle allergeniche, facilitandone il trasporto e la diffusione.



ATTENTI ALLE PULIZIE!

Soprattutto quando usiamo scopa e strofinacci, gli allergeni possono sollevarsi dalle superfici, rimanere nell'aria ed entrare in contatto con occhi, naso e pelle.

LAVIAMOCI LE MANI!

Gli allergeni prodotti dagli animali generalmente giungono a noi attraverso **occhi e naso**: ecco perché sono queste le parti del volto più colpite dalle reazioni allergiche. Anche la pelle è coinvolta, ma è meno sensibile rispetto agli occhi o al naso. Per questo è importante **lavarsi le mani dopo ogni contatto**: portarsi le mani al volto dopo aver accarezzato il cane o il gatto favorisce il contatto del naso o degli occhi con gli allergeni.

15 MINUTI

Basta questo tempo a scatenare reazioni! Gli allergeni viaggiano nell'aria e, quando respiriamo, e giungono fino alla profondità delle nostre vie aeree. Ecco perché in molte persone l'allergia agli animali può essere causa di problemi respiratori. Generalmente a un allergico può bastare un quarto d'ora dall'esposizione per **iniziare ad accusare problemi respiratori, soprattutto nel caso degli allergeni del gatto**. Se però i livelli di allergeni presenti nell'ambiente non sono particolarmente elevati, i sintomi possono anche non comparire per alcuni giorni.

Essenzialmente, il tempo di insorgenza di una reazione allergica dipende da:

- **Sensibilità** individuale;
- **Durata** dell'esposizione agli allergeni;
- **Quantità** di allergeni.



HOT TOPICS

sulle allergie agli animali domestici

SI PUÒ ESSERE ALLERGICI AGLI ANIMALI ESOTICI?

Sì! Con l'aumento nelle case degli italiani del numero di animali provenienti da Paesi esotici (**insetti, alcuni roditori, anfibi, pesci e uccelli**) è cresciuta anche l'incidenza di "nuove" forme di allergia. I principali sintomi prodotti dal contatto con animali esotici sono gli stessi causati da cane e gatto, e quindi **disturbi respiratori** in primis. Anche in questo caso l'allergia può essere considerata fattore di rischio lo **sviluppo di asma**.

Saliva e secrezioni ghiandolari sono i principali veicoli degli allergeni di questi animali. Nel caso degli uccelli, a provocare allergia sono anche gli escrementi, gli acari, il polline e le sostanze che si depositano sulle piume.



OCCHIO AGLI ACARI!

Microscopici organismi che si nutrono di peli e scaglie di pelle morta, gli acari sono diffusissimi negli ambienti domestici. Molte persone ne sono allergiche, con sintomi simili a quelli delle allergie agli animali. Alcuni studi hanno dimostrato come la **presenza di un animale con la pelliccia** all'interno di un'abitazione si correla a un **aumento della concentrazione di acari**, proprio grazie ai peli che l'animale disperde nell'ambiente e che costituiscono fonte di nutrimento per gli acari.

Nel caso dell'allergia agli acari della polvere, è consigliabile **limitare l'accesso degli animali con pelliccia all'ambiente domestico**, e sicuramente evitare di farli entrare nella **camera da letto**, dove l'acaro trova il microambiente ideale per proliferare.



Allergeni e allergia

GLI ALLERGENI

La maggior parte degli allergeni presenti negli animali è costituita da molecole chiamate **lipocaline**: sono presenti soprattutto nella pelle, nella saliva, nelle secrezioni ghiandolari e nelle urine degli animali.

Sono stati individuati numerosi allergeni presenti negli animali. I più importanti sono:

Can f 1

abbreviazione del termine latino Canis familiaris 1, è il **maggiore allergene del cane**: è verso Can f 1 che si scatena la reazione allergica nella maggior parte dei soggetti sensibilizzati al cane.

Fel d 1

Felis domesticus 1, è invece il **maggiore allergene del gatto** presente nella saliva e nelle secrezioni delle ghiandole sebacee.

IMMUNOGLOBULINE E LINFOCITI: I RESPONSABILI DELL'ALLERGIA

Il contatto del sistema immunitario con gli allergeni attiva reazioni mediate dalle **immunoglobuline E (IgE)**, anche se nel processo sono coinvolte anche altre cellule del sistema immunitario come i **linfociti**.

Le IgE avevano originariamente la funzione di difenderci dai parassiti, una parte dell'immunità che nella vita di oggi non è più così rilevante. **Quando invece le IgE riconoscono come bersaglio sostanze innocue (gli allergeni, appunto) si innesca la reazione allergica.**

Tutti i sintomi delle allergie

La sintomatologia allergica che deriva dalla presenza o dal contatto con gli animali domestici nei soggetti predisposti è varia e comprende disturbi talvolta lievi, a volte intensi e in alcuni casi (fortunatamente rari) anche molto importanti.

TENDENZIALMENTE I SINTOMI RIGUARDANO TRE AREE:



OCCHI E NASO

I sintomi oculari e nasali sono dovuti ad **infiammazione** delle rispettive mucose, e prendono pertanto il nome di **rinite e congiuntivite**. Queste due condizioni sono spesso associate (oculorinite allergica) e si manifestano di solito con **starnuti, naso che cola, arrossamento e prurito agli occhi, lacrimazione**.



PELLE

Si possono verificare **orticaria e dermatiti allergiche da contatto**: nel primo caso si hanno tipicamente **arrossamento, prurito e pomfi** (lesioni del tutto simili alle punture di zanzara), mentre nel secondo caso si hanno **eczemi**.



APPARATO RESPIRATORIO

Nei soggetti predisposti, l'inalazione degli allergeni può scatenare **episodi asmatici**: difficoltà a respirare, senso di oppressione al petto, respiro rumoroso e sibilante, spesso accompagnato da tosse stizzosa, sono i sintomi più seri legati ad un episodio acuto di asma dovuto alla presenza di un cane o un gatto.

L'ALLERGIA AL GATTO



Tanti peli di gatto in casa? Chissà quanti starnuti! Il luogo comune secondo cui la fonte dell'allergia ai felini è il loro manto va smentito: a scatenare la reazione, infatti, non è il pelo in sé, ma una proteina contenuta nella **saliva** e nelle secrezioni delle ghiandole sebacee presenti sulla pelle dell'animale. L'allergene maggiore, chiamato **Fel d 1**, si deposita poi sul pelo del gatto, che lo veicola nell'ambiente.



La **facilità di propagazione** dell'allergene è legata anche dalle abitudini tipiche dell'animale: i gatti infatti **si leccano frequentemente** il pelo, il che facilita la diffusione delle molecole lipocaline nell'ambiente.



Fel d 1 ha la caratteristica di essere una molecola **molto adesiva**: questo fa sì che **si possa attaccare facilmente al pelo**, ma anche ai frammenti di pelle morta che l'animale perde, alle particelle di polvere e ai vestiti.



L'allergene Fel d 1 è **molto persistente**: può essere individuato in un'abitazione anche **dopo sei mesi che il gatto non è più presente**. Non mancano casi di allergeni Fel d 1 individuati sui vestiti di persone che non possiedono gatti, ma che sono a contatto tutti i giorni con persone che ne hanno almeno uno.



Nel mondo occidentale, **l'incidenza dell'allergia al gatto è del 15-36%**. Il dato, variabile da Paese a Paese, è notevole vista la sempre maggiore quota di persone che possiedono un gatto e che lo tengono all'interno della propria abitazione.



I **sintomi dell'allergia al gatto** si possono attivare anche **dopo pochi minuti** dall'esposizione all'animale: se il gatto vive dentro l'ambiente domestico, basta soggiornare abbastanza a lungo in stanze dove si trova (o è stato) l'animale.



L'ALLERGIA AL CANE



Anche nel caso di allergia al cane l'allergene maggiormente responsabile si trova essenzialmente nella **saliva**. I peli, poi, hanno un ruolo importante nella diffusione delle proteine causa di allergia.



Gli allergeni del cane sono diversi, ma non ancora completamente identificati. Quelli che conosciamo sono sei, di cui il primo è il più diffuso.

Can f 1: allergene maggiormente secreto dalla **ghiandole di von Ebner** (sulla lingua del cane), appartiene alla famiglia delle lipocaline e viene depositato su **pelo** e pelle attraverso il leccamento. Resistente al calore e al lavaggio dell'animale, è responsabile della reattività allergica nel **44% dei pazienti allergici al cane**. Can f 1 è trasportato soprattutto da particelle di grandi dimensioni anche se una parte minoritaria può restare sospesa nell'aria per lunghi periodi di tempo. L'allergene in casa si deposita soprattutto **sui pavimenti, sui mobili e nelle camere da letto**.

Can f 2-6: sono riconosciuti da una percentuale che va dal **30 al 70% degli allergici ai cani**. Prodotti dalle ghiandole, dalla saliva e dalla pelle degli animali, contribuiscono anch'essi alla reattività allergica ma in misura minore rispetto a Can f 1.

Gli **allergeni del cane** hanno **caratteristiche diverse da quelli del gatto**, e questo influenza l'effetto dell'allergia e le sue caratteristiche.



Una specificità delle proteine allergeniche del cane è che sono leggermente meno adesive rispetto a quelle del gatto e dunque **meno persistenti nell'ambiente**: questo rende l'allergia al cane, in media, meno fastidiosa di quella verso il gatto.



Il cane non si dedica alla toeletta come il gatto, e ciò **riduce la propagazione degli allergeni presenti nella saliva**. Va però detto che il cane ha l'abitudine di scuotersi e grattarsi più frequentemente rispetto al felino, cosa che invece facilita la diffusione degli allergeni attraverso peli e pelle morta.



La **sintomatologia** da allergia al cane, da lieve a severa in funzione della sensibilità e del livello di esposizione, ha caratteristiche simili a quella del gatto. Tuttavia, rispetto al gatto, le reazioni allergiche verso il cane tendono ad avere **minore intensità** e richiedere un **maggior tempo di esposizione**.

ALLERGIE AD ALTRI ANIMALI:

*cavalli,
roditori,
uccelli e
animali
esotici*

CANE E GATTO SONO I PRIMI AMICI DELL'UOMO, PER DIFFUSIONE. MA SONO MOLTE LE FAMIGLIE CHE OGGI VIVONO CON ALTRI AMICI "PELOSI", COME CONIGLI E CRICETI. SENZA DIMENTICARE CHE MOLTE PERSONE VIVONO A CONTATTO CON I CAVALLI, COMPAGNI DI GIORNATE ALL'ARIA APERTA.

PER QUANTO RIGUARDA GLI ANIMALI DI PICCOLA TAGLIA, DIVERSI STUDI HANNO RILEVATO UNA **CRESCITA NEL NUMERO DI ALLERGIE** PROVOCATE DA QUESTI ULTIMI. LA RAGIONE È PRINCIPALMENTE LEGATA ALLA **RIDUZIONE DELLE DIMENSIONI MEDIE DEGLI APPARTAMENTI**, SPECIE IN CITTÀ. QUESTO INFATTI COMPORTA:

- UN SEMPRE **MAGGIORE CONTATTO** CON L'ANIMALE, CHE È FISICAMENTE PIÙ VICINO A NOI;
- LA **TENDENZA AD ACQUISTARE ANIMALI DI PICCOLE DIMENSIONI**, INVECE DI CANI E GATTI, IN QUANTO PIÙ FACILI DA GESTIRE IN SPAZI RIDOTTI.

I roditori

L'allergia ai roditori è certamente la più recentemente indagata. **Criceti, cavie e conigli nani** ma anche **topi, gerbilli, furetti e porcellini d'India** sono i più diffusi nelle nostre case, all'interno di questo ordine di mammiferi, e dunque maggiormente causa di allergia.

Quante persone colpisce? Si calcola che il 3% dei bambini sia affetto da allergia a roditori. In cosa consiste la reazione allergica? Generalmente produce **orticaria da contatto, rinite allergica e asma**.

Dove si trovano gli allergeni? Di solito sono presenti **nei peli, nella saliva e nell'urina**. Conta molto anche il luogo e il modo in cui l'animale viene tenuto in casa: la polvere contenuta nella lettiera o sul fondo delle gabbie può contribuire a diffondere gli allergeni. La diffusione di questi allergeni su vestiti o altri oggetti in casa può essere sufficiente per innescare la reazione.



Il cavallo

Nei soggetti allergici, il cavallo è in grado di scatenare una **reazione allergica anche grave** dal punto di vista clinico. Rispetto al gatto e soprattutto al cane, l'entità delle reazioni allergiche verso il cavallo tende ad essere di **intensità maggiore**, anche notevolmente maggiore.

Quante persone colpisce? Vari studi valutano attorno al 5% l'incidenza dell'allergia al cavallo sul totale dei soggetti allergici.

In cosa consiste la reazione allergica? L'allergia al cavallo vede manifestazioni che possono andare **dall'orticaria fino allo shock anafilattico**, anche se più comunemente si presenta con manifestazioni respiratorie che vanno **dalla rinite all'asma**.

COME SI DIAGNOSTICANO LE ALLERGIE



Di fronte a un sospetto di allergia, è sempre buona norma parlare con il medico di base che, nel caso lo ritenga utile, potrà consigliare una valutazione allergologica.

LA VISITA

La diagnosi di un'allergia ad animali domestici parte sempre dalla raccolta delle informazioni cliniche: il medico raccoglie **l'anamnesi** e valuta **sintomi, tempi e modalità di manifestazione delle reazioni allergiche** insieme alla storia clinica del paziente.



IL PRICK TEST

Il test diagnostico di primo livello per le allergie agli animali domestici è rapido, non invasivo e poco costoso: è il prick test. L'allergologo deposita sull'avambraccio del paziente una goccia di vari estratti di allergene. In corrispondenza di ciascuna di esse, viene eseguita una leggera scalfittura della pelle per facilitare la penetrazione dell'allergene sotto la pelle. Dopo alcuni minuti, in base alla reazione della cute, il medico è in grado di confermare o escludere la reattività allergica nei confronti degli allergeni testati.

I **vantaggi** di questo test diagnostico sono almeno tre:

- Rapidità di esecuzione (in 15 minuti si ha la risposta);
- Test non invasivo e indolore;
- Richiede minima collaborazione da parte del paziente, pertanto può essere eseguito anche nella popolazione pediatrica.

Attenzione! Prima dell'esecuzione e previo consulto con il proprio medico, occorre **sospendere l'assunzione di un'eventuale terapia a base di antistaminici**, che potrebbe portare a un risultato falso negativo. Il test pertanto non è eseguibile se, per qualche ragione, il paziente non può sospendere questi farmaci.



COME SI DIAGNOSTICANO LE ALLERGIE



Anche in caso di concomitanti patologie cutanee che comportino un'alterata reattività della pelle il prick test potrebbe risultare non eseguibile o non attendibile. Sarà il medico, in questo caso, a decidere come procedere.

Falso mito: il prick test non può essere eseguito in tutti i momenti dell'anno. Non è vero, questo semplice ed efficace test può essere sempre eseguito, anche in primavera e in concomitanza con la diffusione di pollini e altri allergeni. L'unica limitazione è la necessità di dover interrompere terapie con antistaminici.

Oltre il 90%: è questa **l'attendibilità** del prick test nella diagnosi delle **allergie da animali domestici**.

IL DOSAGGIO DELLE IGE

In alcuni casi il medico o l'allergologo possono prescrivere un altro tipo di test per la diagnosi delle allergie. Si tratta del dosaggio delle immunoglobuline E (IgE) totali e delle **IgE specifiche per animali**. Si tratta di un **test meno immediato e più costoso** del prick, che richiede un prelievo ematico e i classici tempi di laboratorio per la lettura dei risultati.

In quali casi viene prescritto?

1. Quando il paziente sta assumendo **antistaminici** e non può sospenderli;
2. Se il paziente è affetto da qualche condizione dermatologica che rende la sua pelle troppo sensibile a un prick test (una **dermatite in atto**, ad esempio).



I TEST MOLECOLARI

Esiste un **terzo livello di diagnosi** che consente di valutare l'allergia a una specifica molecola allergenica (come ad esempio il Fel d 1 del gatto o Can f 1 del cane): sono i test molecolari. Sono solitamente impiegati come **approfondimento in situazioni complesse**, oppure nel caso il paziente intenda sottoporsi a **immunoterapia** (il cosiddetto "vaccino" antiallergico) verso uno specifico allergene.

Data la difficoltà di interpretazione dei risultati dei test molecolari, questi sono solitamente richiesti e interpretati da allergologi o altri medici con particolare esperienza nel campo dell'allergologia molecolare.



Cosa fare in caso di allergia agli animali

Allontanare l'animale? Non è l'unica soluzione!

Di fronte a un'allergia, il primo e più ovvio suggerimento resta sempre quello di **evitare l'esposizione agli allergeni** che causano la reazione. Tuttavia prima di prendere decisioni drastiche o rassegnarci a convivere con i problemi di allergia, possiamo cercare di mettere in atto tutte le strategie utili a gestire il problema nel migliore dei modi.

Possiamo evidenziare **quattro tipi di approccio all'allergia agli animali domestici**, dal più semplice al più complesso.

Riducendo il contatto con cane, gatto o altro animale, riduciamo ovviamente anche i sintomi. **Stando a contatto con l'animale solo fuori casa** (ovvio, occorre avere un giardino o uno spazio esterno adeguato!) evitiamo l'accumulo di allergeni all'interno dell'abitazione e, anzi, ne facilitiamo la dispersione. In questo modo, inoltre, **evitiamo che l'animale entri in camera da letto, salga su letti e divani**, e così facendo che possa lasciare attorno a sé peli, pelle morta e secrezioni contenenti allergeni. Un animale domestico all'esterno dell'abitazione non costituisce un problema per la maggior parte dei soggetti allergici.



LUI ENTRA IN CASA MA NOI CI DIFENDIAMO



Nessuna di queste strategie, da sola, è sufficiente a ridurre in maniera significativa l'esposizione agli allergeni degli animali dentro casa. Tuttavia l'uso combinato di più strategie può portare benefici significativi.

Permettiamo al nostro amico di entrare in casa, ma adottando qualche strategia per "minimizzare il danno" senza rinunciare al piacere di averlo con noi. Ecco qualche esempio:

- ✓ **Identifichiamo in casa zone off limits per il nostro animale.** Gli permettiamo di girare per casa e di stare in soggiorno, ma gli impediamo di entrare nelle camere da letto (che terremo chiuse) e soprattutto di salire sui letti. In questo modo avremo alcune stanze "solo per noi" in cui la presenza di allergeni sarà bassa (certo, non nulla: sarebbe impossibile). In alcuni casi, tuttavia, anche solamente evitare l'ingresso dell'animale nella camera da letto della persona allergica può ridurre nettamente i sintomi;
- ✓ **Eliminiamo soprammobili e tappeti:** facilitano l'accumulo di allergeni;
- ✓ **Ci cambiamo e laviamo** dopo ogni contatto prolungato con l'animale;
- ✓ **Utilizziamo depuratori d'aria di elevata qualità ad alta efficienza**, ovvero certificati contro la diffusione di allergeni: oggi in commercio esistono diversi apparecchi in grado di garantire un buon ricircolo d'aria;
- ✓ Per le pulizie di casa, **utilizziamo aspirapolveri con filtro ad alta efficienza HEPA**: leggiamo attentamente la descrizione del prossimo apparecchio che acquisteremo per assicurarci che sia adatto a questo scopo. In questo modo ridurremo la concentrazione di allergeni;
- ✓ Ci procuriamo **prodotti antiallergici da applicare su pelo dell'animale**: si tratta di si tratta di **lozioni**, testate per non esser dannose alla loro salute, da **applicare** sul pelo che limitano la diffusione degli allergeni;
- ✓ **Laviamo il nostro amico a quattro zampe una volta la settimana.**

Usiamo rimedi farmacologici sintomatici

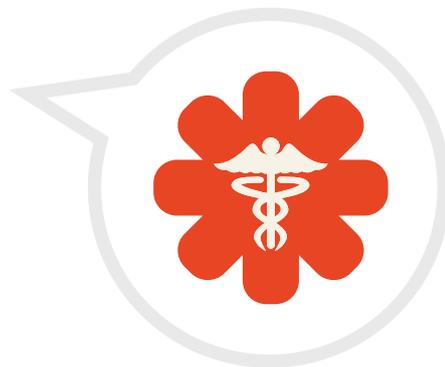
Nel caso in cui le strategie sopra citate non siano sufficienti a contenere la diffusione degli allergeni e di conseguenza l'insorgenza dei sintomi, il soggetto allergico può avere bisogno di una terapia farmacologica, che deve comunque essere prescritta dal medico.



Per occhi e naso. La manifestazione più comune è l'oculorinite: naso che cola, prurito nasale e palatale, arrossamento e lacrimazione degli occhi. Nei casi in cui la sintomatologia sia fastidiosa e persistente, le linee guida internazionali suggeriscono di utilizzare gli **spray nasali cortisonici** (con obbligo di ricetta): hanno il vantaggio di agire localmente sulla mucosa nasale e pertanto non sono gravati dagli effetti collaterali solitamente attribuiti alla terapia cortisonica quando viene assunta per via orale o iniettiva. Si impiegano anche **antistaminici in compresse**, sempre dietro prescrizione medica. Utili anche **colliri antistaminici o a base di cromoni**, mentre quelli a base di cortisonici sono da usare con cautela perché possono aumentare la pressione intraoculare. Ci sono poi gli spray nasali "da banco" efficaci contro l'ostruzione nasale, che tuttavia dopo una prima fase di immediato sollievo determinano eccessiva secchezza della mucosa nasale e possono essere controproducenti se impiegati a lungo. In generale è sempre opportuno che sia il medico a indirizzare verso la terapia più appropriata.



Sintomi respiratori. Qualora siano presenti sintomi di tipo asmatico occorre un approccio farmacologico mirato: il medico potrà indicare la soluzione migliore. In questi casi, solitamente, viene prescritta una **terapia inalatoria** (polvere o spray da inalare) che può contenere un **cortisonico e un broncodilatatore**. Anche in questo caso, la terapia cortisonica agisce a livello delle vie respiratorie mentre la quantità di farmaco assorbita dal resto dell'organismo è pressoché trascurabile.



Ci curiamo con l'immunoterapia

Oltre ai rimedi sopra descritti e alla terapia farmacologica sintomatica, è possibile ricorrere all'immunoterapia allergene-specifica: il cosiddetto "**vaccino antiallergico**". Consiste nella somministrazione sottocutanea o sublinguale di un **estratto dell'allergene verso il quale si vuole indurre tolleranza** (la tolleranza può essere vista come l'esatto contrario della reattività allergica).

Si tratta quindi una **terapia rivolta verso una singola fonte allergenica**: ad esempio il gatto oppure il cane. Le attuali linee guida internazionali sconsigliano l'uso di miscele di allergeni (ad esempio cane e gatto insieme) perché di scarsa efficacia.

È un trattamento lungo: l'immunoterapia va **somministrata per un periodo compreso tra i 3 e i 5 anni**. Si tratta però di una **terapia con un'efficacia a lungo termine, il cui effetto perdura anni dopo il termine del trattamento**. Da questo punto di vista si differenzia dai trattamenti sintomatici, che funzionano solo per il periodo di assunzione e non garantiscono effetti duraturi.

Poiché il trattamento è di lunga durata e gli effetti terapeutici si osservano nel tempo, è fondamentale che prima di iniziare venga condotta una diagnosi precisa e accurata. Ovviamente è opportuno che il trattamento immunoterapico sia prescritto e seguito nel tempo dall'allergologo o comunque da un medico esperto in immunoterapia.

Per le sue caratteristiche, l'immunoterapia allergene-specifica è quanto di più vicino ad una "cura definitiva" dell'allergia oggi abbiamo a disposizione.

Riassumendo...

- L'allergia è una **reazione abnorme del sistema immunitario verso un allergene**, ovvero una sostanza normalmente innocua ma erroneamente considerata pericolosa dal sistema immunitario del soggetto allergico.
- Le parti dell'organismo tipicamente coinvolte nella reazione allergica da animale domestico sono quelle che vengono direttamente a contatto con gli allergeni: **mucose nasali, occhi, bronchi e pelle**.
- **Nessuno nasce allergico agli animali domestici**. Il processo che attiva l'allergia è legato a due fattori: la predisposizione genetica e l'esposizione all'animale.
- I **sintomi** riguardano tre aree: **occhi e naso** (congiuntivite e rinite, quando insieme definite oculorinite), **apparato respiratorio** (asma) e **pelle** (orticaria da contatto e dermatiti allergiche da contatto).
- Gli allergeni degli animali domestici sono tipicamente contenuti **nella saliva e nelle secrezioni di diverse ghiandole**. Veicolati nell'aria attraverso peli o particelle di pelle desquamata, si depositano poi sulle superfici di casa e sui vestiti.
- Fel d 1 è l'allergene maggiore del gatto, presente nella saliva e nelle secrezioni delle ghiandole sebacee. Questo allergene, particolarmente adesivo, si deposita sul pelo dell'animale e con esso si propaga molto facilmente. Grazie alle sue caratteristiche è in grado di persistere molto a lungo all'interno delle abitazioni.
- L'allergene maggiore del cane, **Can f 1**, si trova nella saliva e da qui si diffonde sul pelo e sulla pelle dell'animale. Gli allergeni del cane sono **meno adesivi** rispetto a quelli del gatto e dunque **meno persistenti** nell'ambiente. Tuttavia il cane ha frequentemente l'abitudine di scuotersi e grattarsi, cosa che facilita la diffusione.
- Non esistono cani e gatti "anallergici": **tutti gli animali producono allergeni**. Caratteristiche come la lunghezza del pelo e la razza non sono associate all'allergia. Dunque, è impossibile individuare un animale che certamente non ci causerà allergia.
- Diversi studi hanno rilevato una **crescita nel numero di allergie provocate da altri animali** come criceti, porcellini d'India, conigli e cavalli. Quest'ultimo è in grado di scatenare una reazione allergica anche grave.
- La **diagnosi** di un'allergia ad animali domestici parte sempre dal colloquio con il medico o con lo specialista, solitamente seguito dal test cutaneo per la diagnosi delle allergie, il **prick test**. Questo test è rapido, non invasivo e indolore. Da ricordare che la terapia antistaminica interferisce con il risultato del test e – previo consulto con il medico – deve essere sospesa prima della sua effettuazione.
- In alcuni casi può essere prescritto un altro tipo di test per la diagnosi delle allergie: è il **dosaggio delle IgE totali e specifiche** (in questo caso per animali domestici). Meno immediato del prick test, richiede i classici tempi di laboratorio per la refertazione dei risultati.
- I **test molecolari** sono un approfondimento (test di terzo livello) e consentono di valutare la sensibilizzazione allergica verso una specifica molecola allergenica. Sono impiegati per la diagnosi in situazioni complesse, oppure in alcuni casi prima di iniziare il trattamento immunoterapico.
- Molte persone sono allergiche agli **acari della polvere**, con sintomi simili a quelli delle allergie agli animali. Poiché l'acaro si ciba di pelle e peli, questo prolifera maggiormente quando nell'abitazione è presente un animale con la pelliccia.
- Per difenderci dall'allergia, **teniamo l'animale fuori casa**. Se in casa, impediamogli per lo meno di accedere alle camere da letto. Utile anche rimuovere tappeti, lavarci dopo ogni contatto con l'animale, usare depuratori d'aria ad alta efficienza e aspirapolveri con **filtro antiallergico HEPA**, usare prodotti antiallergici da applicare sul pelo dell'animale e lavarlo una volta la settimana.
- I **farmaci sintomatici** sono utili per i sintomi oculari, nasali e respiratori. Mentre l'**immunoterapia** (il cosiddetto "vaccino antiallergico" che consiste nella somministrazione di un estratto dell'allergene verso il quale il soggetto è allergico, con lo scopo di indurre tolleranza), è una terapia lunga ma i cui effetti, a differenza dei trattamenti sintomatici, perdurano per molti anni anche dopo l'interruzione.



ALLER GENDA

Questo ebook è stato realizzato per conto dell'Associazione Centro Studi Allergie ETS.



Si ringrazia per il contributo non vincolante:



www.bioallergen.com

Contenuti medico-scientifici a cura di:



Dr. Filippo Fassio

Medico Chirurgo, Specialista in Allergologia e Immunologia Clinica, Dottore di Ricerca in Medicina Clinica e Sperimentale, fondatore nel 2010 del blog Allergologo.net e curatore dei contenuti scientifici della collana di ebook Allergenda.

*Per ulteriori informazioni:
allergenda@gmail.com
www.allergenda.it/filippo-fassio-biografia*



BIBLIOGRAFIA

- <http://www.aafa.org/page/pet-dog-cat-allergies.aspx>
- <http://www.aaaai.org/conditions-and-treatments/allergies/pet-allergy>
- <https://www.allergy.org.au/patients/product-allergy/pet-allergy>
- <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pet-allergy/symptoms-causes/syc-20352192>
- <https://acaai.org/allergies/types/pet-allergy>
- <https://www.bioallergen.com/default.asp?content=1,98,0,0,0,Cani,+Gatti+e+Allergie+animali,00.html>
- <https://pets.webmd.com/features/pets-allergies#1>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29318625>