

## OMEOPATIA E LE ALLERGIE



- *Perchè curare le allergie con la medicina omeopatica.*

L'arrivo della primavera segna ogni anno l'inizio di un nuovo ciclo: l'inverno freddo e buio ci lascia e la natura rinasce generando una nuova vita di colori di profumi e .. di pollini! Non tutti infatti vivono questo momento con allegria. Per qualcuno, infatti, la nuova stagione rappresenta il ritorno puntuale di un fastidioso e spesso invalidante problema: l'allergia. Almeno dal dieci al quindici per cento della popolazione italiana ( circa 7 milioni di persone ) è colpita da fenomeni allergici. Ma quali sono le cause di questo disturbo stagionale? Il sistema immunitario è responsabile della difesa dell'organismo da 'agenti esterni' ritenuti estranei ( virus, batteri, pre esempio ). Quando una sostanza entra in contatto con il nostro corpo il sistema immunitario opera una prima fase di confronto tra le sostanze e la propria "memoria interna": se quella è riconosciuta come compatibile con l'organismo è accettata, al contrario (seconda fase) è attaccata. In quest'ultimo caso si formano particelle chiamate "anticorpi" che inglobano l'estraneo e lo distruggono. Una particolarità importante è la capacità del sistema immunitario di arricchire la propria banca dati (la cosiddetta memoria interna) ogni qual volta viene in contatto con sostanze che non conosce: in tal modo qualora si ripresentasse l'estraneo la reazione di attacco e distruzione è più rapida ed efficace, venendo a mancare, perché adesso è completamente inutile, la prima fase di confronto.

L'allergia quindi è una reazione di difesa eccessiva del sistema immunitario di fronte a sostanze considerate erroneamente nocive. L'errore avviene nella prima fase di confronto, cioè la sostanza estranea non solo viene riconosciuta come non compatibile con l'organismo ma viene anche "ingigantita" per quanto riguarda la sua pericolosità. Ecco che allora il sistema immunitario opera da un lato una particolare segnalazione dell'estraneo nella sua memoria interna e dall'altro costruisce un numero eccessivo di anticorpi pronti a reagire massicciamente qualora si ripresentasse un nuovo contatto ( processo di sensibilizzazione ). Gli allergeni ( ovvero le sostanze allergiche ) entrano in contatto con l'organismo soprattutto attraverso l'aria respirata. I più comuni e noti sono i pollini delle piante e delle erbe presenti nell'aria da metà gennaio a fine settembre. NOCCIOLO: da gennaio a fine marzo. OLMO: da metà febbraio ad aprile. PIOPPO E SALICE: da marzo a fine maggio. PARIETARIA: da maggio a settembre ( soprattutto sulle coste a sud dell'Italia )

BETULLA: da aprile a metà giugno.

QUERCIA, FAGGIO, PLATINO, PINO: da metà maggio a metà agosto. PIANTAGGINE,

ACETOSA: da maggio ad agosto. GRAMINACEE: da metà maggio a metà settembre.

TARASSACO: da maggio a giugno. ORTICA: da maggio a settembre inoltrato. Esistono anche allergeni cosiddetti 'allergeni da casa', che non appartengono alle allergie stagionali ma che sono presenti nel corso di tutto l'anno e che danno gli stessi sintomi di quelli stagionali. Tra questi troviamo i prodotti che si trovano sulla desquamazione della cute di animali presenti nelle nostre case come cani, gatti, uccelli, conigli, cavie; prodotti fecali di un acaro, il dermatofagoide, che vive negli ambienti polverosi e umidi, specialmente nei materassi di lana, nei tappeti e nelle moquette. L'allergia può interessare tutte le persone a qualsiasi età e senza differenze di sesso; si manifesta a volte all'apparato gastroenterico con nausea, vomito, diarrea ( rara e non stagionale ) Vediamo di quest'ultimo quali sono le sue manifestazioni più fastidiose. Sintomi nasali: starnuti ripetuti, secrezioni acquose nasali, naso chiuso, prurito. Sintomi oculari: prurito, arrossamento, gonfiore, lacrimazione, fastidio alla luce.

Sintomi respiratori: senso di mancanza d'aria, tosse di origine irritativa, respiro affannoso e accorciato. Sintomi cutanei: prurito, gonfiori, arrossamenti, ponfi. Sintomo frequente in tutti: la stanchezza e l'irritabilità. Tutti i sintomi possono presentarsi singolarmente o variamente associati nei casi più gravi, soprattutto in quelle persone che presentano allergie stagionali da molti anni può esserci una complicanza asmatica. La diagnosi In genere la diagnosi in un primo tempo si basa sulla presenza di sintomi descritti che si presentano in prevalenza durante la primavera o l'estate. In un secondo tempo si pratica un test fondamentale per fare una sicura diagnosi di allergia e, cosa importante, per individuare la sostanza che il sistema immunitario, per errore, considera estremamente nociva. Vediamolo. Prick test. Questa prova diagnostica è anche chiamata test cutaneo o cutireazione con allergeni. Si praticano delle "scarnificazioni" non sanguinanti e non dolorose cutanee di un centimetro sulla faccia interna del braccio e distanti fra loro almeno due centimetri. Su ognuna si depone una goccia di soluzione acquosa di differenti sostanze ( allergeni ).

Se c'è reazione positiva, cioè si è allergici a una o più sostanze, entro 10-20 minuti si forma un ponfo roseo e pruriginoso là dove l'allergene specifico è stato deposto. Per i casi dubbi

occorre effettuare il rast, ovvero un test basato su di un prelievo di sangue e sulla ricerca degli anticorpi specifici presenti per una o più sostanze allergizzanti. Esiste un terzo test chiamato "provocazione bronchiale" agli allergeni, cioè si osserva la reazione delle mucose bronchiali ( bronco-costruzioni ) inalando vaporizzazioni infinitesimali di allergeni. Le possibili metodologie di cura. Purtroppo la medicina convenzionale non è a tutt'oggi in grado di chiarire con assoluta precisione le cause di questo "errore" del sistema immunitario, pur tuttavia sapendo come avvengono i meccanismi ( descritti prima ) di allergizzazione non riesce ancora a stabilire con sicurezza chi è a rischio, chi no. Una delle poche cose che i medici oggi sanno è che non è uguale per tutti il tempo di allergizzazione ( tempo che trascorre tra il primo contatto con la sostanza e lo "scatenamento" dei sintomi ): infatti è dimostrato che questo periodo può variare da appena qualche giorno addirittura a diversi anni! Altrettanto noto è che vi sia una percentuale di ereditarietà, cioè si riscontra che il 30% dei bambini che hanno un genitore che soffre di allergia possono sviluppare fenomeni allergici dello stesso tipo anche quando sono in età adulta.

La terapia specifica ( sui sintomi ) proposta dalla medicina convenzionale viene attuata con cromogliato disodico, farmaco che blocca gli anticorpi, e con antistaminici, farmaci che bloccano l'istamina, cioè la sostanza con la quale gli anticorpi reagiscono con gli allergeni. Nelle forme più acute si utilizzano i cortisonici, farmaci che bloccano il sistema immunitario con più decisione ( e con più tossicità collaterale ). La terapia specifica invece viene attuata, dopo il prick e/o il rast test, con somministrazione sottocutanea di dosi, aumentanti via via, di estratto acquoso contenente l'allergene. Le iniezioni si praticano ogni 2-3 giorni ( nelle composizioni "retard" ogni 7-10 gg.) e, come nel caso dei pollini, sono da effettuare per tutto il periodo in cui è presente nell'aria l'allergene. E' questa una vera e propria immunoterapia vaccinica attraverso la quale si cerca di riparare all'errore del sistema immunitario facendolo per così dire "abituare" alla presenza delle sostanze allergizzanti. Due sono gli aspetti dubbi su quest'ultima cura, peraltro in alcune persone efficace per molto tempo: il primo è che un individuo allergico a una sostanza può allergizzarsi ad altre; il secondo è che, nonostante tutto, in molti casi il sistema immunitario continua, non si sa per quale ragione, a perpetuare l'errore.

L'approccio della medicina omeopatica. L'omeopatia è un metodo di cura olistico, alternativo e complementare. Olistico, nel senso che considera la persona nella sua totalità

fisica, emotiva e mentale; alternativa, in quanto la metodologia di cura è totalmente diverso da quella offerta dalla medicina tradizionale; complementare, poiché, nonostante si opponga totalmente alla medicina convenzionale, può essere applicata in congiunzione a questa. La persona con allergia quindi viene considerata nella sua unicità e totalità. Non viene considerato solo il tipo di allergia ma soprattutto vengono presi in considerazione i sintomi strani, rari e peculiari della persona durante l'attacco di allergia cercando inoltre di capire dove e per quale motivo il sistema immunitario è in disequilibrio. Sarà quindi possibile che a tre pazienti che si presentano con la stessa allergia da parietaria, per esempio, verranno prescritti tre rimedi diversi. A differenza della medicina convenzionale, la quale richiede la ripetizione della cura di anno in anno, la medicina omeopatica offre una vera e propria terapia di cura dolce e duratura nel tempo: solitamente, a parte un primo periodo di aggravamento dei sintomi, si riesce normalmente ad arrivare ad una cura circa 12-18 mesi dopo l'inizio della terapia.

Dal punto di vista omeopatico le allergie sono disturbi cronici, per cui è vivamente sconsigliata l'auto-medicazione. Nel frattempo, qualche regola per "sopravvivere". Nei periodi più a rischio è fondamentale evitare l'attività fisica all'aperto, nei parchi o vicino alle zone verdi: la concentrazione di pollini è più spiccata. Si consiglia inoltre di evitare di parcheggiare l'auto in prossimità di prati o giardini e di mantenere i finestrini chiusi durante i periodi di fioritura. Evitare di uscire subito dopo un temporale poiché la pioggia rompe i granuli pollinici in frammenti più piccoli che raggiungono facilmente le vie aeree, in maggiore profondità. In bicicletta o motorino utilizzare sempre una mascherina che copra naso e bocca e occhiali da sole aderenti al volto. Durante la stagione di fioritura è consigliato fare la doccia e lavare i capelli ogni giorno, perché i pollini spesso rimangono intrappolati tra i capelli e la notte possono depositarsi sul cuscino, venendo così inalati. Per quanto possibile, infine, fate in modo che l'ambiente in cui passate più ore (la casa, l'ufficio) sia libero da allergeni: niente polvere, peli di gatto o cane, tappeti o tende "importanti", moquette, ecc.