

NOME Nome Cognome
TIPOLOGIA TEST Allergie respiratorie e alimentari
CENTRO SPIRELAB



TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche



Spire s.r.l. - via E. Fermi, 63 - Reggio Emilia
Tel. 0522.767130 - Fax 0522.1697377
www.spiresrl.com - info@spiresrl.com

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

COSA SONO LE ALLERGIE

L'allergia è una reazione anormale e specifica dell'organismo che avviene in caso di contatto con sostanze estranee. Può essere vista come un'alterazione della risposta immunitaria in cui una sostanza normalmente innocua (allergene) viene considerata nociva e per questo motivo attaccata dalle difese immunitarie dell'organismo. La categoria di anticorpi che entra in gioco in una risposta allergica prende il nome di immunoglobuline E (IgE). Le IgE reagiscono con l'allergene (alimentare o inalante) formando un complesso specifico antigene-anticorpo. Questo complesso è in grado di scatenare una serie di reazioni a cascata, che coinvolgono altri componenti del sistema immunitario responsabili dell'insorgenza dei sintomi allergici (mediati in particolare dalla produzione di istamina).

In genere le reazioni negative sono immediate e con caratteristiche ben definite: sono localizzate in particolare in specifici distretti (cute, vie respiratorie ed apparato digerente). Il RAST test (test radioallergoassorbente) è un esame del sangue volto alla ricerca di anticorpi diretti verso specifici allergeni (ambientali ed alimentari). In questo modo si valuta la presenza di immunoglobuline E, così da confermare la predisposizione a specifiche reazioni allergiche.

I risultati del test esprimono la reale concentrazione delle IgE specifiche. Il risultato del test, tuttavia, dipende dall'effettiva esposizione all'allergene al momento del prelievo: le IgE vengono infatti rilasciate in seguito al contatto con l'allergene che scatena la sintomatologia allergica. Nel caso in cui il soggetto allergico non sia stato esposto all'allergene per un periodo di tempo prolungato, risulterà minore la concentrazione delle IgE specifiche che possono essere rilevate dal test.

Nelle schede tecniche allegate al referto ogni allergene è associato al rispettivo codice alfanumerico internazionale. La Comunità Scientifica Internazionale ha fissato per ciascun allergene un codice di riferimento univoco in lettere e numeri.

– F: sta per Food (alimento), ed ogni numero associato corrisponde ad uno specifico alimento.

– T: sta per Tree (albero), ed ogni numero associato corrisponde ad una specifica pianta.

– D: sta Dermatophagoides (acaro), ed ogni numero associato corrisponde ad uno specifico acaro.

– M: sta per Muffe o Miceti o Micofiti, ed ogni numero associato corrisponde ad una specifica muffa.

– E: sta per Epitelio, ed ogni numero associato corrisponde ad uno specifico epitelio.

– W: sta per Weed (erba), ed ogni numero associato corrisponde ad una specifica erba.

– G: sta per Graminacee, ed ogni numero associato corrisponde ad una specifica graminacea.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

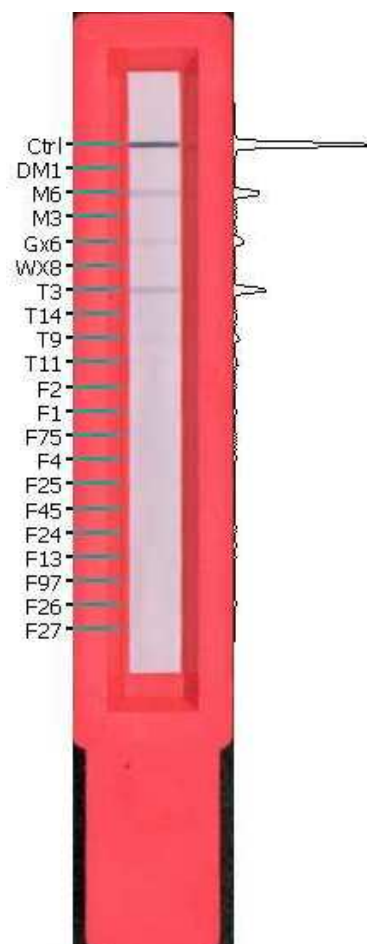
Nome: Nome

Cognome: Cognome

Data di nascita: 04/11/1984

Data di rilevazione: 25/05/2015

Allergene	IU/ml	Classe
■ D1/D2/E1/E5 [DM1]	0.00	0.0
■ Alternaria alternata [M6]	6.2	3.1
■ Aspergillus fumigatus [M3]	0.08	0.2
■ Graminacee [Gx6]	1.7	2.3
■ Mix pollini d'erba [WX8]	0.00	0.0
■ Betulla-Betula verrucosa [T3]	6.8	3.2
■ Pioppo- Pop. deltoides [T14]	0.13	0.3
■ Olivo- Olea europea [T9]	0.43	1.2
■ Platano- Plat. acerifolia [T11]	0.22	0.6
■ Latte vaccino [F2]	0.00	0.0
■ Albume [F1]	0.00	0.0
■ Tuorlo [F75]	0.10	0.2
■ Farina di grano [F4]	0.08	0.2
■ Pomodoro [F25]	0.00	0.0
■ Lievito [F45]	0.00	0.0
■ Gambero [F24]	0.16	0.4
■ Arachidi [F13]	0.06	0.1
■ Cacao [F97]	0.00	0.0
■ Maiale [F26]	0.12	0.3
■ Manzo [F27]	0.00	0.0
■ Controllo [Ctrl]	99.0	6.0

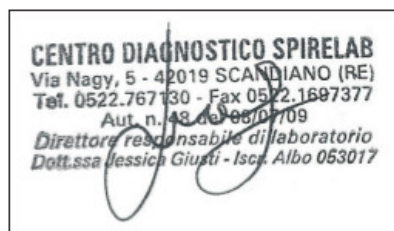


L'ultimo valore riportato nell'elenco, Controllo [Ctrl], deve risultare sempre elevato a conferma della validità del test.

VALUTAZIONE/INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI DELLE CLASSI:

- Classi 0 e 1 (0,00 - 0,69 IU/ml):
non riscontrabile o scarsamente rilevabile
- Classe 2 (0,70 - 3,49 IU/ml):
leggermente superiore alla norma
- Classi 3 e 4 (3,50 - 49,99 IU/ml):
nettamente superiore alla norma
- Classi 5 e 6 (> 50,00 IU/ml):
estremamente elevato -1

RESPONSABILE TECNICO DI LABORATORIO



TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

SCHEDE TECNICHE

MIX AMBIENTALE D1, D2, E1, E5 (DM1)

Gli acari del genere *Dermatophagoides* sono probabilmente i più conosciuti e studiati tra gli acari della polvere domestica. Le specie più importanti in Italia sono due: *D. pteronyssinus* e *D. farinae* (D1 e D2). Gli acari sono riconosciuti come la causa più comune di allergie in tutto il mondo, e più del 50% dei soggetti allergici è sensibilizzato a questa fonte. Gli acari, unitamente alle loro spoglie ed escrementi sono abbondanti in materassi, poltrone, tappeti ed altre suppellettili domestiche, ma sono comunemente riscontrati anche in ambienti di lavoro. Si possono così verificare anche negli uffici quei fattori favorevoli allo sviluppo e la diffusione di allergeni da acaro tipici delle abitazioni. Il periodo di esposizione a questi allergeni copre tutto l'anno. I tipici acari della polvere del genere *Dermatophagoides* non danno, in genere, gravi problemi dermatologici, nonostante siano stati citati in letteratura alcuni rari episodi di dermatite. Le feci, rilasciate dalle larve di questo acaro, se inalate, possono scatenare, nei soggetti sensibilizzati, riniti allergiche, fino a fenomeni asmatici di bronco-spasmo. I sintomi più frequenti possono comparire simultaneamente oppure in fasi successive: congiuntivite, lacrimazione, prurito ed arrossamento agli occhi, rinite, rinorrea (naso che cola), prurito, starnuti e soprattutto ostruzione nasale, asma, difficoltà di respirazione, tosse o problemi respiratori durante il sonno o in fase di sforzo fisico, eczema, arrossamento cutaneo, prurito, lesioni soprattutto a livello di pieghe cutanee (ginocchia, gomiti, collo).

Epitelio di gatto (E1) e forfora di cane (E5): il gatto ed il cane provocano allergie attraverso particolari proteine secrete dalle ghiandole sebacee e presenti soprattutto sul pelo e sulla cute dell'animale, ma anche nella saliva e nelle urine. Gli allergeni del gatto e del cane restano in sospensione nell'aria per tempi molto lunghi, accumulandosi successivamente su fibre e tessuti (tappeti, tende, divani, poltrone, materassi, cuscini, vestiti, etc.). Le concentrazioni maggiori di allergeni si trovano ovviamente nelle case in cui vivono gatti e cani, e possono rimanere elevate anche per 6-7 mesi dopo che l'animale è stato allontanato. Gli allergeni si possono però trovare anche in ambienti che non hanno mai ospitato questi animali (scuole, uffici, ecc.), in quanto aderiscono alle fibre degli indumenti, così da venire veicolati ovunque. Le allergie al gatto ed al cane sono aumentate significativamente negli ultimi anni e spesso interessano persone già allergiche agli acari. La sensibilizzazione agli acari favorisce infatti la comparsa di altre allergie. L'incremento di queste allergie è dovuto in parte anche a cambiamenti nello stile di vita, in particolare all'abitudine di tenere il gatto ed il cane tra le mura domestiche.

ALTERNARIA ALTERNATA (M6)

L'alternaria è una muffa ubiquitaria presente nelle zone a clima temperato. Le spore dell'alternaria sono presenti da Maggio a Novembre, con picchi nella tarda estate ed autunno, da Agosto a Settembre, anche se va sottolineato che, in alcuni ambienti confinati, la presenza delle spore fungine può essere presente tutto l'anno, a causa di fattori ambientali, quali elevate umidità e temperatura che ne favoriscono la crescita. Le spore di alternaria sono la causa della rinocongiuntivite estiva pseudo-pollinica. I sintomi osservati sono di tipo respiratorio (rinite, asma).

ASPERGILLUS FUMIGATUS (M3)

È una muffa presente tutto l'anno, anche se le concentrazioni più elevate si riscontrano soprattutto in autunno e nei mesi invernali. Si tratta di un genere che comprende specie ubiquitarie che si sviluppano soprattutto in ambienti poco ventilati, come le cantine. Sorgenti di tali muffe possono essere alimenti conservati in maniera inadeguata, carte da parati, sistemi di condizionamento e di umidificazione dell'aria. La nicchia ecologica preferita per l'*Aspergillus* sono i vegetali in decomposizione.

GRAMINACEE G1/G2/G3/G4/G5/G6 (Gx6)

Anthoxanthum Odoratum, *Cynodon dactylon*, *Dactylis glomerata*, *Festuca eliator*, *Lolium perenne*, *Phleum pratense*

È una famiglia di erbe annue o perenni con fiori a spighe: comprende circa 5.000 specie di erbe che si possono ritrovare nei prati, nei terreni incolti, lungo le scarpate, ai margini delle strade.

MIX POLLINI D'ERBA W2-5-7-8-9-12-19-204 (WX8)

Ambrosia artemisiifolia, *Artemisia absinthium*, *Chrysanthemum leucanth*, *Taraxacum vulgare*, *Plantago lanceolata*, *Solidago virgaurea*, *Parietaria officinalis*, *Helianthus annuus*

Tra le più importanti erbe allergizzanti è possibile segnalare:

– Composite: è una vasta famiglia di piante erbacee o con arbusto, che comprende più di 20.000 specie. Sono provviste di fiori sessili riuniti in infiorescenze a capolino. I generi di maggiore importanza allergologica sono: l'artemisia, l'ambrosia ed il tarassaco. Il periodo di impollinazione va da Aprile a Settembre.

– Parietaria: è un'erba appartenente alla famiglia delle urticaceae, provvista di peli urticanti. Cresce abbondantemente nell'Italia meridionale ed in Liguria, e si può ritrovare più facilmente lungo le fessure dei muri, sui ruderi, ai lati delle strade. Il periodo di impollinazione va da Marzo a Settembre.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

SCHEDE TECNICHE

BETULLA (T3)

Betula verrucosa

Originaria dell'Europa e dell'Asia settentrionale, in Italia è più frequente sulle Alpi piemontesi e lombarde dove a volte forma boschi puri. Si ritrova inoltre nell'Appennino settentrionale, in alcune stazioni isolate dell'Abruzzo, nell'Appennino campano e sull'Etna. La pollinazione parte precocemente, da Gennaio a Maggio.

PIOppo (T14)

Populus deltoides

Questo pioppo di rapido accrescimento raggiunge l'altezza massima in 20 anni e fornisce abbondante legno adatto per la produzione di cellulosa. È originario dell'America del nord ed in Europa si trova soprattutto in coltivazioni. Viene impiegato anche per alberature stradali. La pollinazione avviene ad inizio primavera.

OLIVO (T9)

Olea europea

L'olivo o ulivo è una pianta da frutto. Originario del Medioriente, è utilizzato fin dall'antichità per l'alimentazione. I suoi frutti, le olive, sono impiegate per l'estrazione dell'olio e per l'impiego diretto nell'alimentazione. La pollinazione va da Aprile a Giugno.

PLATANO (T11)

Platanus acerifolia

Il platano è un maestoso albero appartenente alla famiglia delle Platanaceae, utilizzato il più delle volte per scopi ornamentali. Non è difficile incontrarlo in parchi, viali o giardini, ed è inoltre molto usato anche nelle strade urbane, in quanto particolarmente resistente allo smog. La fioritura si ha a Maggio.

LATTE VACCINO (F2)

Nonostante tutte le proteine del latte possano considerarsi possibili allergeni, le caseine ed alcune proteine del siero (in particolare la beta-lattoglobulina, la sieralbumina e le immunoglobuline) sono ritenute responsabili della sensibilizzazione. Le caseine, che rappresentano circa l'80% delle proteine del latte, resistono ai trattamenti termici a cui vengono sottoposte; di conseguenza non sono denaturate e riescono a mantenere la capacità di legare anticorpi specifici. L'allergia alle proteine del latte non è da confondersi con l'intolleranza al lattosio: quest'ultima può essere diagnosticata con il "breath test" (test del respiro), il quale consente la valutazione della carenza dell'enzima lattasi. Alternative al latte vaccino: il mercato offre una vasta gamma di formulazioni a base di latte, che possono rappresentare una valida alternativa al latte vaccino.

– Latti trattati termicamente: con la sterilizzazione (cioè la cottura del latte ad alte temperatura) si ottiene una parziale denaturazione delle proteine del latte. I risultati non sono entusiasmanti, in quanto non è completa la perdita del potere allergizzante di caseine e sieroproteine.

– Latti diversi dal latte vaccino: si possono utilizzare latti diversi da quello di mucca, quali il latte di capra e di pecora. Spesso, però, questi latti presentano sequenze aminoacidiche simili al latte vaccino e di conseguenza, chi è allergico al latte vaccino può risultare esserlo anche al latte di capra e di pecora. Il latte d'asina è molto simile al latte materno, ma è di difficile reperibilità ed il proprio costo è piuttosto elevato.

– Latti vegetali: nel mondo dei vegetali esiste una numerosa serie di alternative, dal più conosciuto latte di soia, al latte di riso, di kamut, di mandorla, ecc.

ALBUME E TUORLO D'UOVO (F1/F75)

A causare la reazione allergica risultano alcune proteine contenute nell'uovo: nello specifico si tratta dell'ovomucoide, dell'ovoalbumina, dell'ovotransferrina, del lisozima e dell'ovomucina. L'allergia all'uovo può causare diverse problematiche, quali eczemi, dermatiti, problemi gastrointestinali, problemi respiratori e nei casi gravi anche anafilassi. È necessario eliminare del tutto questo alimento dalla propria dieta, tal quale e come ingrediente. Vanno dunque evitati, ad esempio, anche i prodotti da forno, i biscotti, le torte, i gelati alle creme, la pasta all'uovo, la maionese e le salse da condimento. È fondamentale leggere attentamente le etichette degli alimenti che si acquistano, dal momento che per legge è obbligatorio dichiarare sulle etichette se il prodotto contiene uova. Le proteine dell'uovo sono contenute anche in altri alimenti e quindi è necessario imparare a leggere correttamente le etichette alimentari per verificare che non siano presenti ovomucoide, ovoalbumina, ovotransferrina, lisozima e ovomucina e tutte le proteine che presentano nel nome il prefisso -ovo.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

SCHEDE TECNICHE

FARINA DI GRANO (F4)

Triticum aestivum

Nel frumento sono presenti quattro diversi tipi di proteine con caratteristiche allergizzanti: albumine, globuline, gliadine e glutenine. Il glutine è una delle proteine che può scatenare la risposta allergica ed è anche responsabile di una manifestazione clinica chiamata celiachia. Spesso l'allergia al grano e la celiachia vengono confuse o considerate la stessa cosa, ma in realtà sono due disturbi differenti. La celiachia non provoca alcuna reazione allergica, mentre interessa una risposta del sistema immunitario a livello intestinale che induce una condizione di malassorbimento. I sintomi dell'allergia al grano compaiono dopo pochi minuti o poche ore dall'ingestione di alimenti a base di grano e rientrano nella classica sintomatologia allergica: gonfiore, orticaria, problemi gastro-intestinali o dell'apparato respiratorio. Si tratta comunque di un'allergia piuttosto rara, mentre può interessare anche soggetti esposti professionalmente alle farine.

POMODORO (F25)

Solanum lycopersicum

Il pomodoro, della famiglia delle solanacee, è una pianta annuale i cui frutti/bacche, dal caratteristico colore rosso. L'allergia al pomodoro può provocare sintomi da lievi a gravi. Anche il semplice contatto con la pelle, infatti, può provocare rush cutanei, arrossamenti, prurito e bruciore. Le reazioni più gravi, ovviamente, si hanno a seguito dell'ingestione del frutto. Tra i sintomi più comuni dell'allergia vi sono l'orticaria, la tumefazione delle labbra o della bocca, problematiche gastrointestinali quali dolori addominali, nausea, vomito, diarrea, difficoltà nella deglutizione e nella respirazione. Le allergie al pomodoro sono frequenti, così come le pseudoallergie, in quanto contiene sostanze liberatrici di istamina. Possono venire riscontrati sintomi anche molto diversi dai classici sintomi di una allergia alimentare (ad esempio mal di testa, disturbi del sonno, stanchezza ed irritabilità).

LIEVITO DI BIRRA (F45)

Saccharomyces cerevisiae

Il lievito di birra è probabilmente il lievito più diffuso nell'alimentazione umana. Normalmente, il lievito di birra viene impiegato per la lievitazione del pane, dei prodotti da forno, e per la fermentazione della birra. Oltre ai cibi per la cui produzione è stato impiegato palesemente lievito di birra, occorre porre attenzione anche ad altri alimenti sottoposti a processi di fermentazione come, ad esempio, i formaggi, le bevande fermentate, i condimenti industriali, i dadi da brodo. Anche alcuni integratori vengono prodotti con estratti di lieviti.

GAMBERO (F24)

La tropomiosina è il principale allergene presente nei crostacei ed è la molecola responsabile della cross-reattività clinica per ingestione tra crostacei e molluschi, e per via inalatoria con altri invertebrati quali gli acari della polvere e gli insetti. Questa particolare proteina è stabile al calore e quindi può determinare reazioni avverse dopo il consumo di crostacei e molluschi, sia crudi che cotti. Tracce di molluschi e crostacei possono essere presenti in vari alimenti quali, ad esempio, sughi e preparazioni a base di pesce. Il soggetto sensibilizzato dovrà perciò porre particolare attenzione a quanto riportato sull'etichetta degli alimenti che intende consumare. L'allergia a crostacei e molluschi può causare sintomi lievi, come l'orticaria o la congestione nasale, o più gravi. Per alcune persone anche una piccola quantità di frutti di mare può causare una grave reazione anafilattica.

ARACHIDI (F13)

Arachis hypogaea

Le arachidi sono i semi decorticati dell'*Arachis hypogaea*, una leguminosa erbacea annuale di origine sudamericana. Fanno parte della famiglia delle leguminose, tuttavia, pur essendo dei legumi, le arachidi vengono collocate di consuetudine nella categoria alimentare della frutta secca. Le arachidi sono tra i più comuni e diffusi allergeni alimentari. Dal punto di vista della sintomatologia, l'allergia a questi legumi si presenta come una delle più gravi, sia per la persistenza dei sintomi che per l'alto rischio di insorgenza di shock anafilattico. Una reazione allergica alle arachidi si verifica di solito pochi minuti dopo l'esposizione, ed i sintomi variano da lieve a grave. I sintomi possono includere reazioni cutanee, come orticaria o gonfiore, pruriti, formicolii, diarrea, crampi, vomito, costrizione alla gola, difficoltà respiratorie fino ad un grave calo della pressione arteriosa (shock), vertigini o perdita di coscienza.

Le arachidi si possono mangiare tostate e decorticate, oppure come derivati. Gli alimenti derivati a base di arachidi più diffusi sono l'olio di arachide, il burro di arachide, la farina e la pasta di arachide. Come per tutte le allergie, anche nel caso delle arachidi, devono essere eliminati anche gli alimenti che contengono derivati, come ad esempio prodotti da forno come torte o biscotti, gelati, cioccolato, cereali per la colazione, barrette ai cereali ed al muesli, barrette dietetiche, condimenti industriali. Tracce di arachidi possono essere presenti anche in alcuni prodotti cosmetici e farmaceutici.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

SCHEDE TECNICHE

CACAO (F97)

Si tratta di un'allergia poco diffusa che colpisce un numero limitato di persone e che spesso è più facilmente riconducibile agli ingredienti che si utilizzano nella preparazione del cioccolato piuttosto che al cacao stesso. L'allergia al cacao può comunque essere lieve o grave, e può verificarsi fino a tre ore dopo l'ingestione. Alcuni sintomi possono riguardare il mal di testa, arrossamenti cutanei, prurito e difficoltà respiratorie.

MAIALE (F26)

L'allergia alla carne di maiale è rara. A seconda della gravità, i sintomi possono comparire da pochi minuti ad alcune ore dall'ingestione della carne. I sintomi possono includere crampi addominali, nausea o vomito, diarrea, formicolio alle labbra, sensazione di bruciore in bocca ed allo stomaco, indigestione. È necessario escludere la carne di maiale in sé e tutti gli alimenti che la contengono, come ad esempio il lardo, lo strutto, la gelatina, il battuto di pancetta, il ragù, il patè, i salumi e gli insaccati di composizione suina.

MANZO (F27)

Anche nel caso dell'allergia alla carne di manzo occorre escludere dalla dieta muscolo, osso, midollo, frattaglie e qualsiasi preparazione a base di carne bovina (gli arrostiti, i ragù se contengono macinato di manzo/vitello, il dado di carne ed estratti di carne, ecc.). I sintomi interessano le vie respiratorie, l'apparato digerente, così come si possono riscontrare orticaria o gonfiori fino a raggiungere l'anafilassi.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

ULTERIORI CONSIGLI PER ALLERGIE ALIMENTARI

Tra i fattori di rischio per le allergie alimentari si ricordano:

- **Precedenti famigliari.** Il rischio di soffrire di allergie alimentari aumenta se l'asma, l'eczema, l'orticaria o le allergie, come ad esempio la rinite allergica, sono frequenti all'interno della stessa famiglia.
- **Precedenti personali.** I bambini, crescendo, possono guarire dalle allergie alimentari che però, in alcuni casi, si ripresentano in fasi successive della vita.
- **Altre allergie.** Se si è già allergici ad un alimento, il rischio di diventare allergici ad un altro alimento aumenta. Analogamente, se già si soffre di un altro tipo di allergia, come la rinite allergica, il rischio di soffrire di allergie alimentari è maggiore.
- **Età.** Le allergie alimentari sono frequenti soprattutto tra i bambini, specie tra i neonati ed i bambini piccoli. Crescendo, l'apparato digerente si sviluppa e diminuisce la capacità dell'organismo di assorbire alimenti o ingredienti che scatenano le allergie. Fortunatamente, i bambini possono guarire spontaneamente dalle allergie al latte, alla soia, al grano ed alle uova. Le allergie più gravi, e quelle alla frutta a guscio ed ai crostacei, hanno maggior probabilità di continuare per tutta la vita.

Stile di vita e rimedi pratici.

- Uno dei punti fondamentali per prevenire le reazioni allergiche è quello di **evitare completamente l'alimento** che provoca i sintomi.
- Non dare nulla per scontato: **leggere sempre le etichette degli alimenti**, per accertarsi che non contengano un ingrediente a cui si risulta allergici. Anche se si crede di sapere da che cosa è composto un determinato alimento, controllare sempre l'etichetta, in quanto in alcuni casi gli ingredienti possono variare. Le etichette devono indicare chiaramente se l'alimento contiene i più comuni allergeni alimentari. Leggere le etichette con attenzione per evitare le seguenti otto sorgenti di allergeni alimentari: latte, uova, arachidi, frutta a guscio, pesce, crostacei, soia e grano.
- **Nel dubbio, rifiutare.** Quando si esce a cena, esiste sempre il rischio di poter mangiare qualcosa a cui si risulta allergici. Qualcuno non comprende pienamente la gravità delle reazioni allergiche e potrebbe non capire che anche una minuscola quantità di alimento è in grado, in alcune persone, di causare una grave reazione. Se si sospetta anche solo lontanamente che un alimento possa contenere una sostanza a cui si è allergici, è da evitare.
- **Coinvolgere** parenti, baby sitter ed insegnanti. Se il proprio figlio soffre di un'allergia alimentare, cercare di farsi aiutare da parenti, baby sitter, insegnanti e da chiunque altro si prenda cura di lui. Si faccia loro comprendere come sia fondamentale che il bambino eviti l'alimento che provoca l'allergia, e si insegni a loro cosa fare in caso di emergenza.
- **Convivere con l'allergia:** aiutare e farsi aiutare.
- L'allergia è un disturbo impegnativo che è all'origine di preoccupazioni costanti. Può essere molto utile avere buone fonti di informazione e l'opportunità di **discutere del problema con altre persone che ne sono affette**. Molti siti internet ed organizzazioni no profit offrono informazioni e forum per discutere delle allergie alimentari.

Se a soffrire di allergia è il proprio figlio, si prendano le seguenti precauzioni:

- **Informare dell'allergia chi è a contatto con lui/lei.** Parlare con gli insegnanti, col personale della scuola, coi genitori dei suoi amici e con gli altri adulti che interagiscono regolarmente con il proprio figlio. Fare presente che le reazioni allergiche possono essere molto pericolose e richiedono interventi immediati. Insegnare al bambino come chiedere aiuto immediatamente quando dovesse presentarsi una reazione allergica.
- **Spiegare quali sono i sintomi dell'allergia alimentare.** Insegnare agli adulti che passano del tempo col proprio figlio come riconoscere i sintomi delle reazioni allergiche.
- **Scrivere un piano d'azione.** Il piano d'azione dovrebbe contenere le azioni necessarie per salvaguardare la salute del bambino in caso di reazione allergica. Consegnare una copia all'infermeria della scuola o alle persone che si occupano del bambino.
- **Fare indossare al bambino un braccialetto o una collana per segnalare l'allergia:** dovrebbe contenere un elenco di sintomi dell'allergia e spiegare le misure di primo soccorso necessarie in caso di emergenza.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

IgE specifiche allergologiche

SCHEDE TECNICHE

CROSS-REATTIVITA' TRA ALLERGENI ED ALIMENTI: COSA SONO LE REAZIONI CROCIATE

Gli individui allergici ai pollini possono andare incontro a fenomeni cosiddetti di "reazione allergica crociata". Questo avviene se il nostro sistema immunitario non riconosce la differenza tra le proteine del polline e quelle dell'alimento. Ciò si verifica quando un allergene alimentare presenta una omologia di sequenza con l'allergene inalante. I sintomi allergici alla sostanza inalante possono essere così accentuati durante i periodi di maggior contatto se gli alimenti della tabella vengono assunti. Le manifestazioni sono a carico delle labbra e del cavo orale, che possono gonfiarsi e dare senso di prurito. Se il fenomeno interessa la glottide si può manifestare senso di soffocamento.

Allergeni	Reazioni crociate con
Graminacee G1/G2/G3/G4/G5/G6 Erba marzolina, Avena, Gramigna, Erba canina, Loglio, Paleo odoroso, Segale.	Arachide, albicocche, noce, nocciole, banane, arancia, anguria, ciliegie, gramigna, kiwi, melone, mele, pesche, pomodori, prugne, carota, sedano, patata, frumento. Alcune persone affette da allergia alle graminacee possono avere fenomeni di cross-reattività al grano, specie nel periodo primaverile.
Betullacee T3	Nocciole, noce, arachide, mandorla, kiwi, banana, fragola, lampone, mela, arancia, pera, pesca, susina, prugna, ciliegia, albicocca, mais, prezzemolo, carota, sedano, finocchio, patata.
Parietaria W19	More di gelso, ciliegia, melone, basilico.
Composite W5,W8 Artemisia, Assenzio, Girasole, Tarassaco, (Soffione, Dente di leone), Verga d'oro.	Anguria, mela, banane, melone, pesca, noce, nocciola, albicocca, ciliegia, prugna, castagna, kiwi, arachide, zucca, zuccina, cetriolo, carota, prezzemolo, pomodoro, anice, finocchio, cumino, coriandolo, sedano .
Acari D1,D2,D10 Dermatophagoides farinae, Dermatophagoides pteronyssinus, Acarus siro, Glytofagus destructor.	Molluschi, lumache, crostacei.
Lattice K82	Grano saraceno, avocado, banana, castagna, pera, kiwi, papaya, fico, mango, melone, mela, frutto della passione, castagna, arachide, ananas, pesca, uva, albicocca, arancia, patata, pomodoro, origano, finocchio, salvia, carota, sedano, peperone.
Derivati epidermici E1,E5 Piume, pelo o forfora bovine, di cane, di cavallo, di coniglio, di gatto.	Uova e di conseguenza tutto ciò che le contiene.
Miceti o Muffe M3,M6 Alternaria Alternata, Aspergillus fumigatus, Candida albicans, Hormodendrum, Mucor miscela, Penicillium notatum.	Muffe e spore fungine danno cross-reattività con aceto, funghi, yogurt, lievito di birra e alcuni formaggi fermentati.

TEST ALLERGIE ALIMENTI ED INALANTI

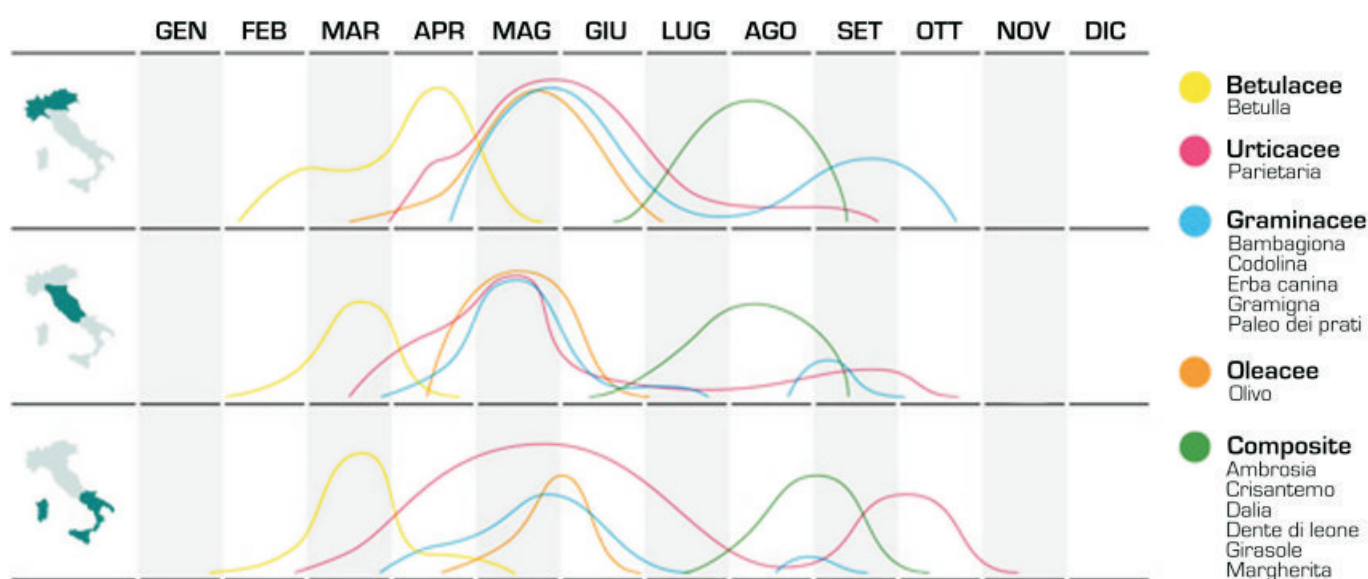
IgE specifiche allergologiche

CALENDARIO DEI POLLINI PER AREE CLIMATICHE

Il periodo della fioritura può subire variazioni da zona a zona e non è sempre uguale anno dopo anno. Si possono presentare variazioni, condizionate da fattori climatici, come il tasso di umidità, l'intensità delle precipitazioni e la temperatura.

Il seguente grafico mostra i periodi di maggiore concentrazione dei diversi tipi di polline nell'atmosfera nei diversi territori italiani:

- Nord Italia
- Centro Italia
- Sud Italia



È inoltre opportuno precisare che la concentrazione nell'aria dei granuli di polline rilasciati dalle piante può variare anche a seconda dell'orario durante la giornata.

I livelli di polline tendono ad essere più elevati dalle prime ore del mattino alla tarda mattinata, indicativamente dalle ore 5:00 alle ore 10:30.

Se si presentano problemi di allergia ai pollini aerotrasportati, la cosa migliore da fare è informarsi frequentemente sui livelli di concentrazione dei pollini previsti, come per esempio il sito www.3bmeteo.com, in modo da potersi organizzare ed evitare un'esposizione eccessiva agli allergeni.