



ALLERGIEZENTRUM SCHWEIZ  
CENTRE D'ALLERGIE SUISSE  
CENTRO ALLERGIE SVIZZERA

# Allergia e asma in gravidanza

In collaborazione con la Commissione di specialità  
della Società Svizzera di Allergologia  
e Immunologia (SSAI)

## Autore



Prof. dott. med. Arthur Helbling, specialista FMH in allergologia e immunologia clinica, clinica universitaria di reumatologia, immunologia clinica e allergologia, Inselspital Berna, reparto di allergologia ospedale Ziegler, Spital Netz Bern

## Prefazione

La gravidanza è un avvenimento naturale e non una malattia. Asma e allergie possono tuttavia complicarne il decorso. La rinite allergica (raffreddore da fieno) e l'asma sono malattie diffuse che nel corso degli ultimi decenni si sono fatte ancora più frequenti, soprattutto tra i giovani e, dunque, anche tra le donne incinte. Oltre a evitare l'allergene, per controllare i disturbi dovuti ad asma e allergia oggi ci sono farmaci che offrono buone possibilità in questo senso. La futura mamma può sottoporsi a un trattamento terapeutico ottimale senza mettere in pericolo la salute del bambino e godere così appieno della gravidanza.

Ringraziamo il prof. dott. Helbling per l'elaborazione del presente opuscolo.

## Indice

- 4 Allergia e gravidanza
- 4 Rinite allergica e terapia
- 6 Dermatite allergica
- 6 Immunoterapia specifica durante la gravidanza?
- 6 L'asma in gravidanza
- 8 La terapia dell'asma
- 8 Contrazioni uterine, doglie e parto in caso di asma
- 10 Che cosa possono fare le pazienti?
- 10 Indirizzi utili

## Allergia e gravidanza

Durante la gravidanza, il raffreddore normale (rinite virale) e il raffreddore allergico (rinite allergica /raffreddore da fieno) sono frequenti. Le donne in stato interessante possono essere colpite anche da allergie da contatto (orticaria, eczema, neurodermite).

La rinite e i disturbi alla pelle non sono problemi gravi, ma sovente hanno effetti indiretti sul sonno e sul benessere della gestante. In gravidanza, possono peggiorare o migliorare, ma è difficile prevederlo. Durante le gravidanze successive, di solito i disturbi, ammesso che ce ne siano, sono uguali a quelli riscontrati durante la prima. Se nota problemi allergici alla pelle e alle vie respiratorie, la donna incinta dovrebbe consultare il medico, il quale effettua una diagnosi precisa e prescrive un trattamento farmacologico adatto alla situazione.

## Rinite allergica e terapia

In Svizzera, circa 200 000 donne tra i 18 e i 40 anni soffrono di tanto in tanto di rinite allergica, sovente un raffreddore da fieno, accompagnata da starnuti, naso che cola e congestionato. L'infiammazione della mucosa nasale è provocata da un'allergia ai pollini, agli acari della polvere o ad altre sostanze presenti nell'aria. Ogni anno, sono circa 8000 le donne affette da pollinosi che restano incinte.

L'aumento di estrogeni fa dilatare i vasi del naso: dal quarto mese, circa una donna su cinque soffre di naso congestionato. Il raffreddore in gravidanza è tutt'altro che raro.

Il medico curante deve innanzitutto chiarire se si tratta di un normale raffreddore, di un disturbo ormonale o di una rinite allergica. Per farlo, può basarsi sull'anamnesi della paziente e vedere se già in passato si notava un raffreddore da fieno, il coinvolgimento di occhi, bronchi e pelle.

Un'allergia ai pollini, la forma più frequente di rinite allergica, nella fase acuta si manifesta con starnuti improvvisi, prurito, naso che cola che si infiamma e congestiona se non curato. Altre forme di raffreddore allergico possono presentarsi lentamente, soprattutto se il contatto con l'allergene è quotidiano.

In caso di rinite allergica, di regola è prescritto un antistaminico, un farmaco che blocca l'effetto dell'istamina, una sostanza chimica rilasciata durante una reazione allergica, da somministrare oralmente o localmente. È possibile anche un trattamento con corticosteroidi da applicare localmente.



6

► Se si manifestano problemi alla pelle e alle vie respiratorie, la donna incinta dovrebbe consultare il medico.



2

► I pollini di graminacee, arbusti e alberi sono gli allergeni più potenti (foto: pollini di betulla).



3

► Ogni anno, circa 8000 donne affette da pollinosi restano incinte.



5

► L'infiammazione della mucosa nasale può essere provocata da un'allergia agli acari della polvere.

## **Dermatite allergica**

Durante la gravidanza, possono manifestarsi reazioni cutanee dovute a un'allergia, come la neurodermite o gli eczemi da contatto. Essi, come pure l'orticaria, vengono di regola trattati con antistaminici e cortisone.

## **Immunoterapia specifica durante la gravidanza?**

Se una donna rimane incinta nel corso di un'immunoterapia specifica, p.es. con pollini o acari della polvere, non è imperativo interrompere la desensibilizzazione, a patto che abbia sopportato ripetutamente senza problemi la dose massima o di mantenimento. È comunque importante comunicare al medico lo stato interessante. Soltanto in casi eccezionali – ad esempio in caso di grave allergia al veleno delle api o delle vespe – si incomincia un'immunoterapia se la paziente desidera rimanere incinta.

## **L'asma in gravidanza**

L'asma, a volte, può rappresentare un problema in gravidanza, ma è difficile prevederne l'andamento. Le forme leggere restano tali oppure spariscono del tutto, mentre quelle gravi possono persino peggiorare. Esperienza insegna che a ogni successiva gravidanza l'asma avrà gli stessi effetti avuti durante la prima. Dopo il parto, solitamente tutto torna come prima.

È importante che ogni medico, ginecologo e ostetrico sappia che la paziente è affetta da asma. In generale, la terapia rimane la stessa a prescindere dalla gravidanza, dato che ogni asma non trattata può mettere in pericolo la vita del nascituro. Durante un attacco, il piccolo non riceve infatti ossigeno a sufficienza. Per questo motivo, non esitate a parlare dell'asma e a sottoporvi regolarmente al trattamento.



4

► Durante la gravidanza, può manifestarsi un'orticaria allergica.



7

► Di frequente, l'asma incomincia in età infantile.



5

► La desensibilizzazione è effettuata dal medico, che assicura un'assistenza ottimale del paziente.

## La terapia dell'asma

Dopo una diagnosi differenziale, occorre innanzitutto cercare di evitare nella misura del possibile l'allergene o il fattore aggravante (trigger) all'origine degli attacchi d'asma. Nel caso di un'allergia agli acari della polvere, si tratta di adottare misure specifiche soprattutto per il letto (rivestimenti e federe antiacaro per materassi, cuscini e piumini).

Il secondo passo è incentrato sulla terapia. L'obiettivo è quello di evitare che nella quotidianità e durante l'attività fisica (p.es. corsa, nuoto) non insorga una sensazione di affanno. L'asma deve essere controllata e gli attacchi, nel limite del possibile, evitati. È importante tenere presente che in condizioni normali il nascituro dispone della stessa quantità di ossigeno di un adulto sull'Everest! È dunque evidente che un'asma trattata superficialmente o non trattata affatto rappresenta una minaccia notevole per il bambino e la mamma! Si tratta quindi di prevenire sin dall'inizio con i farmaci e la terapia corretti una carenza di ossigeno. La futura mamma non dovrebbe rinunciare ai medicinali del caso, né modificare di propria iniziativa le dosi prescritte o interromperne l'assunzione. La funzione polmonare andrebbe fatta controllare regolarmente dal medico, ma anche l'auto-controllo con uno spirometro Peak Flow, che misura l'aria massima di uscita dai polmoni, è importante per semplificare l'adeguamento della terapia farmacologica.

I farmaci per il trattamento dell'asma sono broncodilatatori e sostanze antinfiammatorie. La maggior parte di questi, soprattutto gli antiasmatici da inalare, non hanno effetti negativi sul bambino o sulla mamma. Il trattamento in gravidanza con pastiglie contenenti cortisone va sempre eseguito sotto controllo medico.

## Contrazioni uterine, doglie e parto in caso di asma

Durante un attacco d'asma, la donna incinta può avvertire contrazioni uterine, che spariscono non appena l'asma è sotto controllo.

All'inizio del travaglio, la sorveglianza del bambino dipende soprattutto dall'attuale gravità dell'asma materna. Se non si avvertono disturbi, o solo minimamente, non è necessaria un'attenzione particolare. Il parto naturale è incoraggiato ogni qualvolta possibile.

Il rischio di un attacco d'asma durante il parto è elevato quando l'asma non è sufficientemente trattata. Nelle donne costrette ad assumere continuamente pastiglie contenenti cortisone in dosi elevate, il trattamento e l'assistenza possono variare. Affinché possano gestirne senza problemi gli sforzi, appena prima del parto e nei giorni immediatamente successivi la dose viene di solito aumentata. Per il bambino non sussiste alcun pericolo.

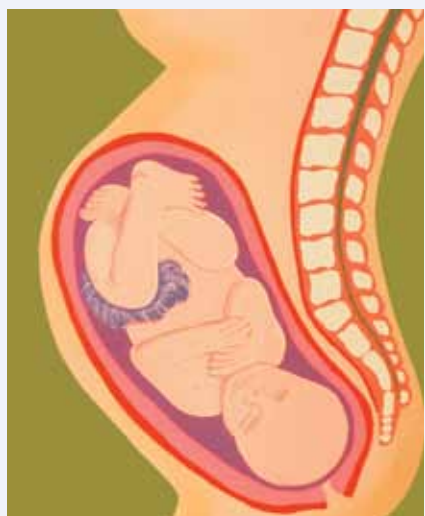




► Un auto-controllo regolare con uno spirometro Peak Flow semplifica gli adeguamenti della terapia farmacologica graduale.



► Nulla impedisce a una donna incinta di praticare sport, se ciò la fa sentire bene.



► Il parto naturale è incoraggiato ogni qualvolta possibile.



► Gli antiasmatici assunti dalla mamma in gravidanza non mettono in pericolo il bambino.

## Che cosa possono fare le pazienti?

Di regola, le donne incinte dovrebbero mantenere i loro abituali ritmi di vita. In caso di disturbi, dovrebbero consultare il medico a cui è nota la loro anamnesi. In caso di sospetto di allergie, è bene parlarne con un allergologo.

Le regole d'oro per le future mamme affette da allergie o asma:

- assumete i farmaci prescritti dal medico e seguite con cura la terapia;
- riducete o, nel limite del possibile, evitate il contatto con fonti di allergeni;
- evitate di andare a trovare persone con gatti, se siete allergiche al pelo dei felini;
- in caso di allergia agli acari della polvere, adottate i provvedimenti del caso (acquistate p.es. rivestimenti antiacaro per i materassi);
- evitate il fumo attivo e passivo;
- praticate sport, se vi fa sentire bene.

## Indirizzi utili

In caso di domande su malattie allergicoimmunologiche, non esitate a rivolgervi a uno specialista.

### Bellinzona

Servizio di Allergologia e Immunologia Clinica  
Ospedale Regionale Bellinzona e Valli  
Ospedale San Giovanni, 6500 Bellinzona  
Telefono 091 811 86 82

### Mendrisio

STUDIO MEDICO PEDIATRICO  
Via Franchini 2, 6850 Mendrisio  
[www.studiopediatrico.com](http://www.studiopediatrico.com)  
Telefono 091 6463922  
Fax 091 6463960

Servizio di Allergologia e Immunologia Clinica  
Ospedale Regionale di Mendrisio  
Via Turconi 23, 6850 Mendrisio  
Telefono 091 811 34 38

### Lugano

Servizio di Allergologia e Immunologia Clinica  
Ospedale Regionale di Lugano, Sede Civico  
Via Tesserete 46, 6900 Lugano  
Telefono 091 811 67 88

### Berna

Zentrum für Mütterberatung und  
Familienplanung, Inselspital Bern  
Per domande su allergia e gravidanza:  
telefono 031 632 22 69 (policlinico allergie)  
[www.muetterzentrum-ria.insel.ch](http://www.muetterzentrum-ria.insel.ch)  
E-mail [beratungsstelle.ria@insel.ch](mailto:beratungsstelle.ria@insel.ch)  
Fax 031 632 26 00

### Altri indirizzi ai siti

[www.doktor.ch/allergologen/allergologen\\_k\\_ti.html](http://www.doktor.ch/allergologen/allergologen_k_ti.html)  
[www.sgai.ch](http://www.sgai.ch) (in tedesco, francese e inglese)

Il presente opuscolo è stato realizzato  
con il sostegno di:



**LOTTERIEFONDS  
KANTON ZÜRICH**

## Impressum

Edizione: Fondazione aha! Centro Allergie Svizzera  
Scheibenstrasse 20, 3014 Berna

Redazione: aha! Centro Allergie Svizzera

1<sup>a</sup> edizione: 5 000 copie I  
3<sup>a</sup> edizione: 17 500 copie T  
1<sup>a</sup> edizione: 11 000 copie F

Traduzione: Joël Rey & Co., Losone

Stampa: Egger AG, Frutigen

Foto e grafici: <sup>1</sup> Olivier Evard, Nidau  
<sup>2</sup> MeteoSvizzera, Zurigo  
<sup>3</sup> Beratungszentrum für Allergie und Schwangerschaft, Inselspital, Berna  
<sup>4</sup> Policlinico di allergologia e immunologia, Inselspital, Berna  
<sup>5</sup> Clinica dermatologica, ospedale universitario, Zurigo  
<sup>6</sup> Markus Senn, Wabern  
<sup>7</sup> aha! messo a disposizione da A. Schaller, Albligen  
<sup>8</sup> www.istockphoto.de

## Osservazione

Per favorire la fluidità del testo, si è optato per la forma maschile che, beninteso, sottintende sempre anche quella femminile.

© by Fondazione aha! Centro Allergie Svizzera

Aprile 2011

## Per una migliore qualità di vita

aha! Centro Allergie Svizzera è un'organizzazione indipendente che difende le esigenze e gli interessi delle persone affette da malattie allergiche. aha! Centro Allergie Svizzera sostiene chi soffre di allergie con un'informazione competente, una consulenza telefonica e offerte di formazione. aha! Centro Allergie Svizzera mostra come sia possibile migliorare la qualità di vita nonostante le allergie.

Le più importanti prestazioni:

- consulenza personale con la aha!infoline: 031 359 90 50
- opuscoli gratuiti sui temi delle allergie
- ampia gamma di informazioni al sito [www.aha.ch](http://www.aha.ch)
- colonie e corsi per bambini allergici e asmatici
- corsi di formazione per genitori con figli affetti da neurodermite
- corsi di formazione per adulti con allergie e asma
- corsi per professionisti di varie branche
- campagne di informazione e di prevenzione su argomenti specifici

In quanto fondazione certificata ZEWO, aha! assicura un impiego trasparente e mirato delle donazioni.

aha! Centro Allergie Svizzera  
aha!infoline 031 359 90 50  
[info@aha.ch](mailto:info@aha.ch)  
[www.aha.ch](http://www.aha.ch)  
Donazioni: conto corrente postale 30-11220-0

