



GUIDA PER IL PAZIENTE ALLERGICO AL POLLINE

POLLINE DI GRAMINACEE

Le graminacee sono una famiglia di erbe molto diffuse che crescono non solo nei prati, ma anche in zone incolte, su terreni coltivati e lungo i margini di strade e sentieri; in altri termini, crescono quasi dappertutto, dal livello del mare alle zone montuose. **Le graminacee** fanno tradizionalmente parte del prato di qualsiasi giardino e **sono le responsabili della maggior parte delle allergie al polline.**

Sebbene il livello massimo di impollinazione coincida con i mesi di aprile, maggio e giugno, nel nostro paese **è possibile riscontrare la presenza di pollini di graminacee per 10 mesi all'anno.** Esiste uno stretto rapporto tra il clima e l'impollinazione delle graminacee. Infatti se le piogge sono abbondanti, la concentrazione di polline in primavera è maggiore. Per informazioni sulla presenza dei pollini in Italia è possibile consultare il sito <http://www.pollinieallergia.net/> (Links).

POLLINE DI ERBE INFESTANTI (“erbacce”)

Le **erbe infestanti** crescono nelle zone sabbiose, nelle pianure, lungo i bordi delle strade e intorno ai campi coltivati. La maggior parte delle piante che costituiscono questo gruppo ha il picco di impollinazione in estate, sebbene ci siano eccezioni quali la parietaria, che, oltre a essere la specie che provoca più allergie, ha un periodo di impollinazione piuttosto lungo (da marzo a ottobre).

POLLINE DEGLI ALBERI

Il periodo di impollinazione degli alberi di solito è corto, quindi i pazienti presentano generalmente manifestazioni cliniche solo per brevi periodi di tempo.

L'impollinazione si verifica prima, durante o subito dopo la comparsa delle foglie, perciò, in climi moderati, si conclude quasi alla fine della primavera, quando gli alberi sono ormai pieni di foglie. Tra gli alberi con i pollini maggiormente allergenici spiccano l'olivo e il salice.

RACCOMANDAZIONI PER LIMITARE L'ESPOSIZIONE AL POLLINE

- Durante l'epoca dell'impollinazione, evitare di portare il cane in zone dove la vegetazione è abbondante, soprattutto nelle prime e nelle ultime ore del giorno.
- Ventilare la casa nelle ore centrali del giorno o di notte.
- Evitare che il cane sia esposto ad alte concentrazioni di pollini, come accade per esempio quando si taglia il prato, o che entri in luoghi saturi di polline come i granai.
- Quando si viaggia in macchina, tenere i finestrini chiusi.
- Evitare le gite in campagna, i parchi e le zone verdi in epoche di maggior esposizione ai pollini, soprattutto nelle giornate secche, calde e con molto vento.