

**MIO Salute**

Alcune reazioni allergiche possono avere conseguenze da non sottovalutare

# COME FARE PERCHÉ LA TUA ESTATE NON SIA UNA STAGIONE... "MORDI E PUNGI"!

Ogni anno più di 5 milioni di italiani sono punti da api, vespe o calabroni: come difendersi

## I 5 RIMEDI NATURALI PIÙ EFFICACI

**L'ALOE:** ha proprietà antisettiche e antibatteriche. In gel o meglio ancora tagliando la punta di una pianta e applicando il succo sulla puntura.

**L'OLIO DI MENTA PIPERITA:** ha un effetto rinfrescante e decongestionante e porta un rapido sollievo. Se non lo avete in casa, spalmate un po' di dentifricio alla menta.

**LA CIPOLLA:** grazie alle sue proprietà decongestionanti, è un ottimo rimedio naturale. Provate ad applicarne una fetta cruda sulla puntura d'insetto per 10 minuti.

**IL SUCCO DI LIMONE:** bagnate un batuffolo di cotone nel succo di limone e applicatelo sulla parte lesa, serve a lenire il bruciore grazie alla sua azione disinfettante.

**IL GHIACCIO:** è il rimedio più antico e più gettonato. Non ha alcuna azione disinfettante, ma evita che la puntura si gonfi. Il freddo inoltre anestetizza la parte lesa e fa diminuire il dolore.

Lo spray è un buon deterrente



Prof. Susanna Esposito

di Laura Saltari

**L**e punture d'insetto sono molto frequenti soprattutto nel periodo estivo: con il caldo proliferano molte specie di insetti ematofagi (ossia che si nutrono di sangue) come le zanzare, i tafani, i moscerini e le pulci ma anche api, vespe e calabroni, che più frequentemente determinano problemi allergici e colpiscono le zone più esposte e scoperte del corpo come viso, braccia, gambe, caviglie e mani. Normalmente dopo la puntura compare un'irritazione che dà prurito, ma si risolve rapidamente con l'applicazione di

una pomata o, al massimo con l'assunzione di un antistaminico per bocca. In alcuni casi, però, le punture possono provocare gravi reazioni allergiche (anafilassi) che richiedono interventi capaci e tempestivi specialmente nei pazienti più a rischio, come i bambini. Abbiamo chiesto alla professoressa **Susanna Esposito**, medico pediatra specializzata in infettivologia e presidente **WAIDID** (l'Associazione Mondiale per le Malattie Infettive e i Disturbi Immunologici), di spiegarci come riconoscere i sintomi più

gravi, e come agire.

**Professoressa, quali sono le reazioni più comuni alle punture d'insetto?**

«Normalmente compare un arrossamento nella zona della puntura stessa, che appare rigonfia e dolente; un fastidio o dolore che si sviluppa nell'arco di alcuni minuti e raggiunge il suo massimo in 24-48 ore, e si risolve completamente in 5-10 giorni. Nei casi più gravi, un po' di febbre e una sensazione di malessere».

**Quali farmaci somministrare?**

«In tutti questi casi è sufficiente qualche pomata a base di antistaminici e, se c'è febbre e molto dolore, un antifebbrile come paracetamolo o ibuprofene. A volte le dimensioni delle lesioni e il loro aspetto mimano quelli di una cellulite batterica, con il rischio che vengano prescritte pomate antibiotiche che non solo sono inutili, ma possono aggravare i sintomi. Più importanti, invece, dal punto di vista clinico sono i casi che si manifestano con orticaria generalizzata o angioedema in sedi distanti dalla puntura. In questi casi, il trattamento con antistaminici o cortisonici per via orale rappresenta la scelta