



A.S.L. VC
Azienda Sanitaria Locale
di Vercelli

Corso M. Abbiate, 21 – 13100 VERCELLI
Tel. +39 0161 5931111 fax +39 0161 210284
www.aslvc.piemonte.it
Posta certificata: aslvercelli@pec.aslvc.piemonte.it

P.I. / Cod. Fisc. 018111110020

CONSIGLI PER I SOGGETTI ALLERGICI AGLI ACARI DELLA POLVERE

Gli acari sono microrganismi invisibili ad occhio nudo presenti nella polvere di tutte le case. Essi sono innocui salvo che nei soggetti allergici in cui possono indurre sintomi allergici quali: rinite, tosse e asma. La riduzione del carico degli acari nella polvere di casa mediante gli interventi di seguito descritti serve a prevenire almeno di una parte degli episodi allergici nei pazienti sensibilizzati agli acari.

- 1) Arredare la camera da letto del bambino con mobili semplici che possono essere facilmente puliti a fondo tutti i giorni.
- 2) Materassi e cuscini devono essere di materiale sintetico. Eliminare mobili imbottiti con lana, piume o materiali vegetali. **Coprire materassi e cuscini con fodere antiallergiche.**
- 3) Coperte e copriletti devono essere di materiale lavabile e lavati ogni 7-14 giorni in acqua molto calda (ad oltre 55 gradi). Non usare coperte elettriche. Esporre quando possibile coperte e copriletti al sole.
- 4) Tende e tappeti devono essere di cotone o tessuto sintetico e lavati frequentemente. Sono preferibili tende piccole "a finestra". Il pavimento deve essere facilmente pulibile; la moquette e sconsigliabile ed è da togliere in presenza di allergia grave.
- 5) Tenere pochi giocattoli, giornalini e soprammobili vari in camera da letto: spolverarli spesso. Evitare, giocattoli di peluche e preferire, invece, quelli di metallo, legno, gomma. Eventualmente mettere i pelouches una notte a settimana in freezer.