

# Allergie e donazione di sangue

**Intolleranze ai fiori, pollini, polveri e sostanze chimiche: è allerta allergie tutto l'anno.**

**I donatori sono chiamati ad organizzarsi**

Non ci sono solo l'influenza invernale o l'esodo estivo a minacciare le scorte del sistema-sangue, anche le **allergie** possono determinare lunghi periodi di sospensione per molti donatori e causare eventuali carenze dei preziosi elementi salva-vita. Una recente indagine ha stimato che il problema coinvolge circa **4 italiani su 10**, con un trend in continua crescita per quanto riguarda allergie a pollini, polveri, sostanze chimiche ed alimenti.

I donatori che ne soffrono devono avere notizie ben precise per potersi organizzare al meglio, al fine di non far mai mancare il sangue o il plasma **costantemente** necessari.

Lo strumento più efficiente per il controllo delle allergie è la prevenzione tramite la riduzione dell'esposizione agli allergeni scatenanti. Ecco alcuni pratici consigli per arginare il problema:

- Isolare il materasso, i cuscini e le coperte in un involucro a prova di allergeni (coprimaterasso e cuscino anallergico), ciò riduce l'esposizione all'allergene degli acari.
- Lenzuola e coperte dovrebbero essere lavate ogni settimana in acqua calda (>55°C).
- L'aria condizionata permette di tenere chiuse porte e finestre per ridurre l'esposizione al polline.
- Alcuni alimenti favoriscono il rilascio d'istamina, principale mediatore delle reazioni allergiche, da parte dell'organismo, tra questi: alcool, banane, cioccolato, uova, pesce, latte, papaya, frutti di mare, fragole e pomodori.

## **QUANDO NON POSSO DONARE?**

Uno strumento utile per la prevenzione delle allergie sono i **vaccini desensibilizzanti** che agiscono attraverso la progressiva somministrazione di quantità ridotte di allergeni per via sub-linguale o sottocutanea, "abituando" l'organismo a tollerarli e riducendo, di conseguenza, i sintomi dell'allergia ed il consumo di farmaci. Vengono somministrati a distanza di 1-2 mesi dal periodo di acuzie per cui, **bastano 48 ore dalla somministrazione, per poter donare** e nel giro di 3-5 anni la sintomatologia allergica potrebbe non ripresentarsi più.

**Nel periodo acuto** di raffreddore, congiuntivite, asma, prurito o dermatite, **non è possibile donare** il sangue o i suoi derivati nonostante non si siano assunti medicinali.

C'è poi chi riesce a combattere le allergie con rimedi naturali e senza farmaci, in tal caso, una volta terminata la fase acuta, cioè quando i sintomi scompaiono, è sufficiente attendere **una settimana e poi è possibile riprendere a donare.**

In caso di terapia a base di **antistaminici** occorre attendere un periodo di **10 giorni dalla sospensione**, sempre che la manifestazione allergica NON si ripresenti nel corso di tale periodo poiché, sul piano clinico, l'effetto terapeutico degli antistaminici è prolungato, anche a distanza dalla sospensione del farmaco **fino a 7-10 giorni.**

In caso di terapia con **cortisonici** o **broncodilatatori** come in caso di asma, il periodo di

sospensione sarà di **almeno 15 giorni**, fermo restando SEMPRE che la sintomatologia allergica non si ripresenti nel periodo di sospensione.

**IN CONCLUSIONE:**

Ognuno conosce il proprio periodo critico per cui, organizzarsi, significa **programmare la donazione** nelle settimane precedenti la fase acuta di allergia o nelle settimane immediatamente successive. In ogni caso, per approfondimenti, è bene chiedere al medico.

***Se molti donano sangue, il sangue c'è per tutti.***

***Se molti donano sangue, le emergenze non esistono.***