



Società Italiana per le Malattie Respiratorie Infantili

MISURE DI PROFILASSI AMBIENTALE PER RIDURRE L'ESPOSIZIONE AGLI ACARI DELLA POLVERE

Letti

I letti sono la sede più importante di accumulo dell'allergene; nessun tipo di materasso può essere considerato anallergico.

I materassi e i cuscini devono essere avvolti ermeticamente con opportuni tessuti (preferibilmente microfibra) che impediscano il passaggio dell'allergene, consentano la traspirazione del sudore, siano lavabili ad alta temperatura e abbiano caratteristiche anti-fruscio.

I coprimaterassi e copricuscino devono essere lavati almeno ogni due mesi a una temperatura di 60°C (a temperature più basse gli acari non muoiono), in quanto si possono accumulare acari anche su questi tessuti. Lenzuola e federe devono essere lavate almeno ogni settimana a temperature superiori a 60° C. Le coperte devono essere lavate almeno ogni mese a una temperatura di 60°C.

La base e la testata del letto non devono essere imbottite e il sostegno del materasso deve essere in doghe di legno.

Pavimenti e pareti

E' praticamente impossibile mantenere tappeti e moquette privi di allergeni. Pertanto non devono esserci tappeti nella stanza e la moquette deve essere sostituita con un pavimento facile da pulire. E' da evitare la tappezzeria alle pareti e le tende devono essere "a vetro", facili da lavare.

Mobili

Sostituire i mobili imbottiti con arredi che non trattengono polvere e che siano facili da pulire con un panno umido; le poltrone e i divani devono essere ricoperti con materiale impermeabile e lavabile.



Società Italiana per le Malattie Respiratorie Infantili

Pulizie domestiche

L'impiego di sostanze capaci di uccidere gli acari o di denaturare l'allergene viene sconsigliato. L'aspirapolvere deve essere dotato di un filtro adeguato che impedisca la dispersione dell'allergene nell'aria.

E' raccomandata una continua verifica dell'efficacia dei filtri e una loro regolare sostituzione. La cucina deve essere attrezzata con una cappa aspirante collegata all'esterno fornita di un filtro che deve essere pulito ogni due mesi; è utile la pulizia con vapore a 100°C che uccide gli acari e denatura l'allergene.

Questo consente anche di evitare detergenti forti che possono risultare irritanti. L'impiego di vapore secco (>100°C), per le pulizie, riduce il problema dell'umidità residua. E' sempre opportuno aprire le finestre durante le operazioni di pulizia.