

## L'aerosol: un aiuto per la cura delle patologie respiratorie

L'aerosolterapia è una modalità di somministrazione di farmaci e presidi terapeutici che si trasformano in particelle di aerosol permettendo alle cure e soluzioni di arrivare all'organo bersaglio (naso, gola, bronchi) più velocemente e in dosi minori rispetto a quelle che dovrebbero essere assunte per via orale o iniettiva.



**Lavaggi nasali:** per "pulire il naso" quotidianamente. I lavaggi nasali permettono di rimuovere detriti, allergeni, e particelle inquinanti e di migliorare il respiro. Da effettuare con soluzione fisiologica isotonica o ipertonica negli adulti e nei bambini.



**Spray nasali:** per le terapie farmacologiche e lavaggi nasali. Veicolano il contenuto del flacone direttamente nelle cavità nasali. Possono essere eseguiti lavaggi con soluzione fisiologica isotonica e ipertonica o cure farmacologiche.



**Spray predosati:** per pazienti in terapia anche prolungata per la cura delle basse vie aeree. Erogano dosi prestabilite di farmaco. Nei bambini usare in combinazione con una camera di espansione.



**Inalatori a polvere secca:** erogano dosi prestabilite di farmaco come polvere secca. L'utilizzo ottimale richiede flussi inspiratori adeguati, ecco perché non sono indicati per i bimbi di età inferiore a 6 anni.



**Nebulizzatori:** per la cura delle patologie delle alte, medie e basse vie aeree con diversi accessori (docce, boccaglio, maschera). Disponibili anche in versione portatile, sono adatti a ogni età, in particolare nei bimbi e in chi ha bassi flussi respiratori.

**Consiglio in tempi di pandemia:** effettuare la nebulizzazione in una stanza da soli, o con un bambino e un genitore, lasciando la finestra aperta in modo che le particelle aerosol si disperdano evitando qualsiasi possibile trasmissione per via aerea di virus. Il dispositivo e gli accessori devono essere sempre lavati con sapone neutro e acqua calda e sterilizzati con un disinfettante come ad esempio l'amuchina.

**L'uso dei dispositivi spray è strettamente personale, sempre e soprattutto in tempi di pandemia.**

## Speciale Estate in Città e Aerosolterapia

Smog estivo, umidità, temperature alte compromettono il buon respiro e non attenuano le allergie.  
Aerosolterapia: istruzioni per un uso corretto dei dispositivi anche in tempi di pandemia

Per scaricare il vademecum ed essere costantemente informato sulle allergie e le malattie respiratorie vai sui siti:

[www.federasmaeallergie.org](http://www.federasmaeallergie.org)  
[www.unrespirodisalute.it](http://www.unrespirodisalute.it)  
pagina FB@unrespirodisalute

dedicati alle mamme, ai papà e a tutti coloro che navigano sul web

### Un Respiro di Salute

Continuerà con un nuovo appuntamento su malattie respiratorie autunnali e aerosolterapia

Questa iniziativa è resa possibile grazie al contributo non condizionato di Chiesi Italia



#### Bibliografia

London NR et al. Aeroallergens, air pollutants, and chronic rhinitis and rhinosinusitis World J Otorhinolaryngol Head Neck Surg. 2018 Sep; 4(3): 209-215; [https://www.bupa.co.uk/health-information/childrens-health/tonsillitis](https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:lnRkXHdU40J:https://www.bafu.admin.ch/dam/bafu/it/dokumente/luft/fachinfo;www.unrespirodisalute.it; Rosenfeld RM, Piccirillo JF, Chandrasekhar SS, et al. Clinical practice guideline (update): adult sinusitis. Otolaryngol Head Neck Surg. 2015;152(2 suppl): S1-S39; Soneja S et al. Exposure to extreme heat and precipitation events associated with increased risk of hospitalization for asthma in Maryland, U.S.A. Environ Health. 2016; 15:57; <a href=); Sistema nazionale per le linee guida. "Appropriatezza e sicurezza degli interventi di tonsillectomia e/o adenoidectomia". Documento 15 Marzo 2008, aggiornamento 2011 ([http://www.aaoi.it/wp-content/uploads/2017/12/LG\\_Tons\\_FileUnico\\_2008.pdf](http://www.aaoi.it/wp-content/uploads/2017/12/LG_Tons_FileUnico_2008.pdf)); EPOS 2020: development strategy and goals for the latest European Position Paper on Rhinosinusitis; Position Paper: Aerosolterapia in età pediatrica. A cura delle Società scientifiche AIR, SIMRI, SIAIP; 2019; Berlinski A. Pediatric Aerosol Therapy. Respir Care. 2017;62(6):662-677; Stein SW, Thiel CG. The History of Therapeutic Aerosols: A Chronological Review. J Aerosol Med Pulm Drug Deliv. 2017;30(1):20-41; Ari A, Fink JB. Guidelines for aerosol devices in infants, children and adults: which to choose, why and how to achieve effective aerosol therapy. Expert Rev Respir Med. 2011;5(4):561-72; Presidenza del Consiglio dei Ministri; Conferenza permanente per i rapporti tra lo Stato e le Regioni e le Province Autonome di Trento e Bolzano: 12 maggio 2016

Cod. 05.00007986



## Vademecum Estate in Città e Aerosolterapia

Smog estivo, umidità, temperature alte, compromettono il buon respiro e non attenuano le allergie.

Aerosolterapia: istruzioni per un uso corretto dei dispositivi anche in tempi di pandemia  
[www.unrespirodisalute.it](http://www.unrespirodisalute.it)

## L'estate in città è un peso per il respiro ...

### Cosa può succedere con le alte temperature e lo smog estivo

Le temperature torride dell'estate possono aggravare i sintomi di malattie respiratorie croniche come le rinosinusiti e l'asma. Le temperature elevate infatti abbassano le performance respiratorie provocando affanno e sensazione di fiato corto. La situazione è aggravata dallo smog estivo, con una concentrazione maggiore di ozono: questo gas accentua gli stati di irritazione già presenti a causa di altri fattori quali le polveri fini (PM10 e PM 2,5), il polline, gli acari.



#### RINOSINUSITE Mai abbassare la guardia

È frequente sia nella forma acuta sia in quella cronica, colpisce dal 6 al 15% della popolazione ed è solitamente conseguente a un'infezione virale, spesso batterica ma a volte anche micotica per la presenza in estate di spore che possono colonizzare i seni paranasali. Le forme croniche sono spesso associate a patologie come l'asma.



#### L'ASMA E LE ALLERGIE Non vanno mai in vacanza

Le crisi asmatiche possono verificarsi in estate a causa di diversi fattori che possono scatenare o peggiorare i sintomi. Oltre al gran caldo e allo smog, con elevata concentrazione di ozono, hanno un ruolo anche gli allergeni, rilasciati durante forti piogge e temporali di grande intensità.

### Lo sbalzo termico indebolisce le mucose

L'aria condizionata e gli sbalzi di temperatura (tra giorno e notte) sono dannosi per il sistema naturale di difesa dell'apparato respiratorio di cui alterano i sistemi di termoregolazione causando anche irritazione delle mucose.



#### TONSILLITE In agguato anche d'estate

È un'infezione acuta delle tonsille. Colpisce soprattutto i bambini anche d'estate quando l'alto tasso di umidità e gli sbalzi di temperatura favoriscono la proliferazione di virus e di batteri; le condizioni climatiche ne favoriscono infatti la diffusione. Da non dimenticare l'adenoidite, una patologia delle adenoidi localizzate posteriormente al naso, frequente nei bimbi tra i 3 e 6 anni.

## CONSIGLI PER UN RESPIRO A PROVA DI ESTATE



### IN CITTÀ

1. Mantenere l'ambiente rinfrescato da un ventilatore, oppure da un climatizzatore, evitando gli sbalzi termici
2. Fare attenzione all'aria condizionata
3. Bere tutti i giorni almeno un paio di litri di acqua minerale naturale
4. Monitorare le previsioni polliniche meteo, qualità dell'aria, concentrazione di ozono consultando i servizi disponibili a portata di mouse e app specifiche come ad esempio ARPA
5. Sospendere le attività fisiche nelle ore più calde della giornata, tra le 12 e le 17



### IN GITA

1. Evitare i luoghi troppo secchi e troppo umidi
2. Preferire luoghi meno frequentati per evitare una concentrazione di smog simile a quello cittadino
3. Preferire le gite al mare e in montagna
4. Evitare percorsi impervi o troppo lunghi in modo da non incorrere in una crisi di dispnea
5. Qualunque sia la località scelta, preferire le ore della prima mattina per le passeggiate: l'aria è in assoluto più pulita. Il picco di pollinazione delle piante è in genere in tarda giornata come anche le concentrazioni di ozono.

### Rivolgiti sempre al medico e non interrompere la terapia anche nei mesi caldi

È importante rivolgersi sempre al proprio medico per una corretta diagnosi e valutare come utilizzare l'aerosolterapia nel percorso di prevenzione e cura. In città o in gita, non interrompere le terapie.

## ... Aerosolterapia istruzione d'uso per un buon respiro

### RINOSINUSITE I lavaggi nasali utili in tutte le forme

La cura della rinosinusite prevede la prescrizione di vasocostrittori, antistaminici e i lavaggi nasali con soluzione fisiologica. Nelle forme acute il medico ricorre alla terapia antibiotica a largo spettro ed eventualmente ad una terapia antiinfiammatoria.

I lavaggi nasali con soluzione fisiologiche (soluzioni saline isotoniche) con spray predosati, docce nasali e nebulizzatori, svolgono un'azione in grado di abbattere l'infiammazione a livello locale. Sono un valido alleato per ridurre i sintomi (ostruzione e congestione nasale, tosse, rinorrea, ovattamento auricolare, iposmia - diminuzione dell'olfatto-, disgeusia - distorsione o abbassamento del senso del gusto-) e ripristinare un corretto respiro.

### ASMA Spray predosati e inalatori a polvere secca per controllare la malattia

Negli attacchi acuti e per controllare i sintomi (respiro sibilante, tosse, difficoltà respiratoria, senso di costrizione al torace). Il medico ricorre ai broncodilatatori a rapida insorgenza d'azione anche associati ai corticosteroidi per via inalatoria. Per la terapia di fondo i principali farmaci impiegati sono i corticosteroidi inalanti da soli o associati con i farmaci broncodilatatori a lunga durata d'azione.

### TONSILLITE E ADENOIDITE Un aiuto ai più piccoli da spray e lavaggi nasali

Nel bambino più del 60% delle tonsilliti acute è di origine virale. L'ostruzione delle adenoidi e delle tonsille ipertrofiche è anche la principale causa di disturbi respiratori del sonno nel bambino a volte associati ad apnee. La terapia delle tonsilliti e adenoiditi deve essere intrapresa il più presto possibile per evitare la terapia chirurgica. I farmaci antiinfiammatori somministrati tramite spray nasali o docce nasali possono liberare le fosse nasali migliorando il respiro e il sonno dei bambini. I lavaggi nasali con soluzione ipertonica o isotonica sono raccomandati come terapia "complementare" per migliorare il respiro.