Cosa può scatenare l'orticaria?

L'orticaria è determinata da numerosi agenti che possono agire isolatamente o cooperare tra di loro, facilitando così la comparsa delle manifestazioni cutanee.
Possibili fattori responsabili di Orticaria sono:

- Farmaci ed additivi di farmaci
- Alimenti
- Additivi alimentari
- Agenti fisici (caldo, freddo, radiazioni solari, pressione)
- Sostanze chimiche agenti per contatto
- Agenti biotici
- Infezioni batteriche e virali
- Infezioni parassitarie
- Malattie internistiche
- Malattie Autoimmuni

A chi posso rivolgermi per capire se sono affetto da orticaria cronica?

E' importante rivolgersi ad uno specialista: il **dermatologo** o l'**allergologo** sono le figure professionali in grado di identificare la malattia, valutandone l'entità e consigliando la terapia più adeguata.

Per saperne di più, puoi contattare

FederASMA e ALLERGIE Onlus:

Numero Verde
800 -123 213

Email: numeroverde@federasmaeallergie.org

Cosa posso fare per capire se sono colpito da orticaria?

In attesa di consigli più specifici da parte del medico:

- Indossa abiti larghi e leggeri: i pomfi a volte tendono a verificarsi in zone del corpo sottoposte a pressione locale, dovuta agli abiti stretti e aderenti
- Mantieni l'ambiente fresco: l'orticaria tende ad insorgere in condizioni più calde. Per esempio, puoi tenere la camera da letto fresca durante la notte
- Bevi molta acqua, prediligi bagni rinfrescanti ed evita di esporre la pelle alla luce solare nelle ore più calde
- Scatta delle fotografie delle eruzioni cutanee e della loro evoluzione per mostrarle allo specialista
- Scrivi un **diario** dove annotare giornalmente: i cibi e le bevande che ingerisci, i farmaci che assumi, particolari episodi di stress, lo stato della tua salute, animali con cui entri in contatto e tutto ciò che ritieni possa aver contribuito a scatenare la reazione urticaroide. Tieni inoltre traccia delle informazioni sulla comparsa dell'orticaria. Per esempio: da quanto tempo ne soffri; quanti episodi hai registrato; numero, dimensione, durata e localizzazione dei pomfi; se accusi dolore e/o bruciore; se l'orticaria compare in particolari momenti della giornata o quando ti trovi in specifici luoghi, ecc. Il diario è uno strumento molto utile che aiuterà il tuo dermatologo e allergologo a identificare con maggiore certezza la tipologia di orticaria, a indicare le indagini diagnostiche e la terapia da effettuare.

Iniziativa realizzata grazie alla sponsorizzazione di NOVARTIS

Orticaria:
sai riconoscerla?

FederASMA e ALLERGIE ONLUS
Federazione Italiana Pazienti

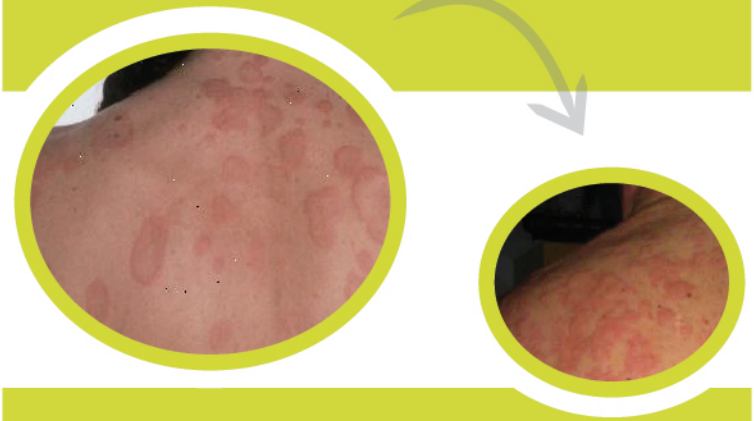
www.federasmaeallergie.org

Le manifestazioni dermatologiche di natura allergica sono numerose: dalle dermatiti agli eczemi fino all'orticaria di origine allergica.
Alcune manifestazioni cutanee possono inoltre mimare una patologia allergica, sebbene abbiano una patogenesi diversa e richiedano anche un approccio diagnostico-terapeutico specifico. Per questo è importante che ogni persona riceva una diagnosi esatta e tempestiva nel più breve tempo possibile.

Cos'è l'orticaria?

L'orticaria è tra le più frequenti e comuni forme di malattie dermatologiche. E' caratterizzata dalla comparsa di pomfi (arrossamenti rilevati della cute) di colore rosso-rosa, di forma e grandezza variabile, da piccole lesioni ad ampi elementi figurati, più o meno numerosi (possono interessare una parte o tutto il corpo), pruriginosi, a insorgenza quotidiana o a episodi ricorrenti, di durata variabile da una o più ore.
Si stima che **circa il 20% della popolazione (una persona su quattro) presenti almeno un episodio di orticaria nel corso della propria vita.**
L'orticaria colpisce prevalentemente soggetti adulti in età compresa tra 20 e 40 anni ed è più comune tra le donne.

Nella maggior parte dei casi la dermatosi presenta un decorso inferiore alle 6 settimane (*orticaria acuta*), mentre un'eruzione che persiste per un tempo superiore alle 6 settimane caratterizza la cosiddetta orticaria cronica.
L'*orticaria acuta* è spesso provocata da reazioni allergiche, in particolare a farmaci e/o alimenti, anche se le cause scatenanti possono essere molteplici.
L'*orticaria cronica* clinicamente si presenta allo stesso modo dell'orticaria acuta, raramente può essere di natura allergica. Le cause scatenanti sono estremamente numerose e non sempre di facile identificazione.



L'*orticaria spontanea cronica (CSU)* è caratterizzata dalla presenza giornaliera o quasi giornaliera di pomfi e prurito per almeno 6 settimane, in assenza di stimoli esterni. La CSU ha un andamento intermittente e imprevedibile. Può essere associata alla comparsa di *angioedema* (rigonfiamento localizzato degli strati più profondi della cute) che si manifesta prevalentemente in alcune aree quali labbra, palpebre, mani, piedi, genitali, lingua e faringe. Il prurito, che di solito aumenta durante le ore notturne, interferisce notevolmente sulla qualità del sonno.

L'orticaria cronica ha quindi un impatto negativo sulla qualità della vita delle persone, che riferiscono spesso di limitazioni delle attività fisiche, cali di energia, compromissioni delle attività sociali e professionali.
E' stato, inoltre, dimostrato come alcune comorbilità quali ansia e depressione sono frequentemente associate all'orticaria cronica spontanea.
La durata della malattia è variabile. In circa un terzo delle persone con orticaria cronica i sintomi possono essere ancora presenti a un anno dal primo episodio.

Come posso riconoscere i sintomi dell'orticaria?

L'orticaria è caratterizzata dall'insorgenza di pomfi e/o prurito. Altre volte le lesioni sono caratterizzate da una improvvisa e pronunciata tumefazione del sottocutaneo (*angioedema*). In questo caso le lesioni possono essere dolorose piuttosto che pruriginose; è possibile una localizzazione alle mucose e la loro risoluzione è più lenta rispetto al pomfo urticaroide, potendo avvenire entro 24-72 ore. Spesso i due quadri sono associati e costituiscono la cosiddetta *sindrome orticaria-angioedema*.
In corso di orticaria possono manifestarsi anche altri sintomi extra cutanei: stanchezza, cefalea, dolori articolari, dolori addominali, nausea e malessere generale.