



# Al·lèrgia

L'Al·lèrgia és una reacció immunològica específica de defensa de l'organisme contra substàncies externes que penetren al cos i que normalment són inofensives

Hi ha diferents al·lèrgies i diversos factors que la provoquen: pol·lens de les plantes, alguns aliments, partícules de la pols, espores de les flors o dels fongs, goma del làtex, verí dels insectes, productes químics (inclosos alguns medicaments) i en general qualsevol substància capaç de desencadenar una resposta per part del sistema immunitari de l'organisme.

Entre el 15% i el 25% de la població és al·lèrgica a alguna substància. Afortunadament la majoria de les reaccions al·lèrgiques tenen escassa importància i no ocasionen moltes molèsties.

El mètode més comú per detectar una al·lèrgia són els test cutanis, que mesuren la resposta de la persona a la substància a la qual sembla que pot ser al·lèrgica.

Les al·lèrgies, en alguns casos, desapareixen completament. En altres, poden mantenir-se però amb un tractament adequat se'n poden controlar i millorar molts dels símptomes.

Les mesures preventives, evitant el contacte amb l'al·lèrgen, són les més efectives.

## Recomanacions

- Evitar les substàncies que provoquen l'al·lèrgia
- Procuri no estar massa estona a l'aire lliure en les èpoques de pol·linització, sobretot a les hores de la posta de sol, quan és quan hi ha més pol·len en suspensió
- Evitar la presència d'animals a les cases. Si no és possible, procurar que estiguin molt nets, i no permetre'ls mai l'accés als dormitoris
- Passar l'aspiradora sovint per les zones susceptibles d'acumular més pols

- Evitar catifes, coixins de plomes i mantes de llana
- Utilitzar màscares facials adequades que filtrin l'aire inhalat

• Prenguis els medicaments que li hagi receptat el seu metge, de forma regular i a la dosi recomanada

• No prengui més medicaments dels recomanats amb l'objectiu de disminuir els seus símptomes.

A banda de les mesures preventives, el tractament farmacològic és con-

siderat el tractament de primera línia, ja que està dirigit principalment a eliminar o alleugerir els símptomes més

característics de quadres lleus o moderats d'al·lèrgia. Aquest tractament s'adapta a cada pacient de forma individualitzada.

Quan no es pot evitar l'al·lèrgen i el tractament farmacològic és insuficient per alleugerir els símptomes de l'al·lèrgia, pot intentar-se el tractament immunològic o immunoteràpia, el qual consisteix en injectar d'extrets d'al·lèrgens a dosis creixents per via subcutània.

És important que aquests pacients es dirigeixin al metge per realitzar un diagnòstic adequat.

Pregunti sempre al seu farmacèutic. Ell l'informarà sobre aquestes y altres qüestions relacionades. Actualment la farmàcia disposa de molts principis actius per combatre les al·lèrgies.

**L'ACTE FARMACÈUTIC,  
GARANTIA DE SALUT**



**COFT**

Col·legi Oficial de  
Farmacèutics de Tarragona

**Col·legi Oficial de Farmacèutics de Tarragona**

[www.coft.cat](http://www.coft.cat)



[www.facebook.com/  
COFTarragona](https://www.facebook.com/COFTarragona)



[www.twitter.com/  
COFTarragona](https://www.twitter.com/COFTarragona)

c/ Enric d'Ossó, 1  
43005 Tarragona  
Telèfon 977 250 937  
Fax: 977 231 605  
colfarm@coft.cat