

MISURE PER IL CONTROLLO AMBIENTALE

- Allergici alle punture di imenotteri -

Regole valide per tutti gli asmatici

- Nessuno deve mai fumare in presenza di un asmatico
- Non fumare in casa (anche nelle stanze dove non soggiorna il bambino!) e nell'auto (anche quando il bambino è assente!)
- Gli adolescenti devono assolutamente evitare di fumare e non frequentare compagni che fumano
- Evitare gli odori forti (ad es. odori di cucina, vernici), i fumi delle stufe e dei camini, i profumi intensi (ad es. deodoranti ambientali)
- Cercare di mantenere l'umidità domestica sotto il 50% (con un'umidità relativa minore di 50% gli acari muoiono e le muffe non crescono). Per far questo, è bene seguire alcuni semplici accorgimenti:
 - favorire la ventilazione e il ricambio di aria nelle stanze
 - usare un condizionatore in estate
 - non utilizzare gli umidificatori
 - eliminare le infiltrazioni di acqua
 - non asciugare la biancheria in casa

Consigli per gli allergici alle punture degli imenotteri

- Evitare di soggiornare in luoghi quali frutteti, giardini, etc.
- Evitare lavori di giardinaggio.
- Non usare profumi o prodotti profumati.
- Non indossare abiti di colore acceso.
- Indossare camicie a maniche lunghe e pantaloni lunghi.
- Indossare il casco integrale e i guanti se si usano motocicli.
- Non mangiare all'aperto.
- In caso di punture di ape (a differenza delle vespe, il pungiglione dell'ape rimane infisso nella cute) rimuovere immediatamente il pungiglione attraverso un rapido raschiamento con l'unghia o con la punta di una lama. Evitare di comprimere il sacco velenifero tra le dita.
- Avere sempre a disposizione i farmaci consigliati per l'emergenza e, se punti, effettuare subito la terapia.