

## D&amp;R

## IL PNEUMOLOGO

CHI SOFFRE DI ASMA DOVREBBE  
FARE LE VACANZE IN MONTAGNA

Gentile dottore, mio figlio soffre di asma. Mi domando se una vacanza in montagna potrebbe giovargli più del mare.

Luisa (via e-mail)

Cara Luisa, l'asma è una malattia infiammatoria cronica dell'apparato respiratorio caratterizzata da ripetute crisi di fiato corto, respiro sibilante, tosse e senso di costrizione al torace. Questa patologia dipende da fattori genetici che predispongono a un'iperattività bronchiale. In pratica, di fronte a stimoli irritativi, come il freddo, le polveri e l'esposizione agli inquinanti legati al traffico, i bronchi si chiudono più del normale. Per curare un bambino che soffre di asma, oltre a fare ricorso ad antinfiammatori e broncodilatatori, è importante anche allontanare il piccolo dall'inquinamento. Le vacanze al mare e in montagna hanno molti vantaggi. Il mare è una buona meta perché, grazie alle correnti marine, nell'aria c'è una minore presenza di allergeni (in particolare, pollini e acari) e d'inquinanti. Inoltre, l'esposizione ai raggi Uv fa produrre più vitamina D, che regola il sistema immunitario. La montagna, però, possiede un'importantissima qualità che il mare non ha: dai 1.500 ai 2.500 metri di altezza, l'aria è più leggera e questa bassa densità favorisce una maggiore espansione del polmone, che così riduce i sintomi causati dall'ostruzione dei bronchi.



**ALFREDO BOCCACCINO**  
direttore sanitario dell'Istituto Pio XII Onlus Centro di diagnosi, cura e riabilitazione dell'asma infantile di Misurina (BI)

## Daltonismo

## COSA DEVI SAPERE

È un DIFETTO GENETICO, comune tra gli uomini, che impedisce di DISTINGUERE I COLORI. Non esiste cura, ma ci si può convivere

DI SILVIA PIGORINI CON LA CONSULENZA  
DI PAOLO SCARONI (\*)

Il daltonismo è un'alterazione della percezione dei colori che colpisce quasi esclusivamente gli uomini (le donne in genere sono portatrici sane). È congenito, ma di solito viene diagnosticato solo alla scuola materna, quando ci si rende conto che il bambino fatica a riconoscere le tonalità cromatiche. Ecco le caratteristiche di questa patologia.

✱ **L'identikit** All'origine del problema c'è un difetto genetico delle cellule nervose che si trovano nella parte centrale della retina, i coni, che permettono di percepire i colori.

✱ **I sintomi** Di solito, i daltonici faticano a distinguere le tinte del semaforo. La forma più comune di daltonismo, infatti, colpisce i coni del rosso o del verde. Nel primo caso il rosso sembra nero e il verde appare quasi bianco. Se funzionano male i coni del verde, invece, il rosso diventa marrone e il verde biancastro. Inoltre, molto spesso i daltonici faticano anche con le altre sfumature di questi colori: nel

caso del rosso, per esempio, hanno difficoltà anche con il rosa, l'amaranto e il fucsia. Una forma rara di daltonismo, invece, è l'alterazione dei coni del blu, che porta a confonderlo con il giallo. Infine, esiste (ma è rara) l'acromatopsia, cioè la compromissione di tutti e tre i coni, che fa apparire il mondo in bianco e nero.

✱ **Un aiuto** L'unica soluzione viene offerta da occhiali realizzati nei centri ottici specializzati per l'ipovisione che, con particolari lenti con filtro rosso, permettono di percepire le variazioni cromatiche. Spesso, però, una volta che il disturbo è stato diagnosticato, i daltonici imparano a convivere. Sanno che la loro percezione dei colori è diversa, ma riescono a gestirla. ✕

(\*) responsabile di oculistica dell'Istituto Clinico S. Anna di Brescia



## agenda luglio/agosto

## CONSULTI DERMATOLOGICI GRATUITI

Use, azienda produttrice di detersivi ipoallergenici e senza nichel, per i mesi estivi di luglio e agosto mette a disposizione degli utenti un servizio gratuito di consulti dermatologici sul sito [www.saperviveremeglio.it](http://www.saperviveremeglio.it).

CONFIDENZE