

05

# Informazione tecnica dell'Associazione svizzera dei produttori di articoli da letto (VSB)



## Sonno rigenerante – anche per chi soffre di allergia

Un letto con un cuscino soffice e comodo e un piumino avvolgente invita a godersi una piacevole sosta e assicura un sonno profondo e sano. Tuttavia, la piacevole atmosfera della camera da letto può risultare rilassante anche per altri «soggetti»: gli acari, che annidati nei materassi e nella biancheria da letto diventano un tema particolarmente spiacevole per chi soffre di allergie.

È dimostrato che gli allergici che utilizzano biancheria da letto di buona qualità con il contenuto di fiocchi di piumino e piumette soffrono meno dei sintomi dell'allergia agli acari.

Gli acari possono rendere difficile la vita delle persone che soffrono di allergie. Per evitare reazioni allergiche, sono consigliabili imbottiture della biancheria da letto con fiocchi di piumino e piumette naturali. Esse assicurano un rapido accumulo di calore al momento di addormentarsi e un rapido rilascio di umidità al mattino quando vengono arieggiate. Si crea quindi un clima sfavorevole per gli acari. Inoltre, gli acari sono troppo grandi per penetrare attraverso la fodera l'involucro a tessitura fitta.

Altri consigli su come proteggersi in modo ottimale dagli acari o su come alleviare notevolmente i sintomi dell'allergia:

**Imbottitura della biancheria da letto:** sostituite la biancheria da letto sintetica con prodotti imbottiti di fiocchi di piumino e piumette. Essi assicurano il clima del sonno ottimale, gli acari non si sentono a proprio agio e i sintomi dell'allergia si attenuano in maniera documentabile.

**Igiene della biancheria da letto:** attenzione alla corretta manutenzione della biancheria da letto. Arieggiare i piumini e i cuscini regolarmente per ridurre il grado di umidità. Lavate cuscini e piumini regolarmente secondo le indicazioni riportate sull'etichetta a 60 gradi o fateli lavare presso una lavanderia professionale. Sostituite i cuscini ogni 2-4 anni, i piumini dopo al massimo 8 anni.

**Aria secca in camera da letto:** la vostra camera da letto dovrebbe presentare un'umidità massima del 50%. Una frequente aerazione assicura lo scarico dell'umidità. Mantenete la temperatura della camera da letto a circa 19 gradi.

**Fodera:** all'acquisto della vostra biancheria da letto accertatevi che rechi il marchio «Swiss Guaranty VSB». In questi piumini e cuscini il materiale della fodera è cucito talmente fitto da risultare impermeabile agli acari.

**Cura dei copripiumini e copricuscini:** le imbottiture di piumini e cuscini andrebbero lavate regolarmente secondo le indicazioni riportate sull'etichetta a 60 gradi. In generale, andrebbero lavati al più tardi ogni 14 giorni, meglio una volta alla settimana.

**Ricettacoli di polvere:** gli escrementi degli acari si mescolano con la polvere e si disperdono nella vostra abitazione. In camera da letto evitate ricettacoli di polvere come ad esempio tappeti, tende pesanti, scaffali a giorno o animali di peluche.

**Scaglie cutanee:** a letto indossate un pigiama. Questo accorgimento consentirà una minore perdita di scaglie cutanee sul materasso, ossia il principale nutrimento degli acari.

**Informazioni utili su biancheria da letto imbottita con penne e piume e altre edizioni delle informazioni tecniche sono riportate sul nostro sito web [www.vsb-info.ch](http://www.vsb-info.ch) o sulla nostra pagina Facebook al link [www.facebook.com/vsbinfo](http://www.facebook.com/vsbinfo).**

## Che cos'è l'allergia agli acari?



- **Cause e agenti scatenanti:** gli acari hanno bisogno di un ambiente caldo, umido e buio per vivere e per riprodursi, ad esempio il letto. Essi si nutrono delle scaglie di pelle umana e animale. La reazione allergica non è causata dagli animaletti in sé, ma dai loro escrementi, che contengono sostanze allergizzanti che si distribuiscono nella polvere domestica e vengono inalate.
- **Sintomi:** il contatto dell'allergene con le mucose provoca i sintomi tipici di un raffreddore allergico o di una congiuntivite allergica: naso chiuso o che cola, stimolo a starnutire, arrossamento e prurito agli occhi. L'infiammazione delle vie aeree superiori può anche diventare cronica, soprattutto in quanto gli acari sono presenti tutto l'anno. I sintomi dell'allergia agli acari della polvere domestica si manifestano tipicamente al mattino e più frequentemente nei periodi freddi dell'anno.

L'associazione svizzera dei produttori di articoli da letto (VSB) è stata fondata nel 1968 dai più grandi produttori svizzeri di piumini e cuscini di piume. Per garantire maggiore trasparenza e sicurezza nell'acquisto di articoli da letto, l'associazione nel 2001 ha creato il sigillo di qualità «Swiss Guaranty VSB».

Il marchio «Swiss Guaranty VSB» prevede tra l'altro che siano lavorati solo piume e piumino naturali certificati secondo lo standard Downpass (nessun prelievo da animali vivi, nessuno spiumaggio). I piumini vengono inoltre lavati esclusivamente con detersivi biodegradabili e asciugati a temperature di almeno 100°C in modo tale che siano privi di virus. I produttori garantiscono anche la veridicità delle informazioni riportate sui piumini ed i cuscini.

### Verband Schweizer Bettwarenfabriken (VSB)

Albis Bettwarenfabrik AG | billerbeck Schweiz AG |  
Dorbena AG Bettwarenfabrik | Kyburz Bettwarenfabrik AG

Weinbergstrasse 31 | 8006 Zürich | T 044 266 64 44

[www.vsb-info.ch](http://www.vsb-info.ch)