

ISTRUZIONI PER I PAZIENTI ALLERGICI AL NICHEL

- Il nichel è un metallo a diffusione pressoché ubiquitaria ed è difficile evitarne il contatto nella vita quotidiana in quanto è contenuto in molti oggetti di uso comune quali: oggetti metallici comunemente presenti nell'abbigliamento, oggetti di bigiotteria, bracciali e casse di orologi, chiavi, accendini, parti metalliche degli occhiali, monete, targhe di identificazione, manici degli ombrelli, utensili da cucina, aghi, forbici e ditali, fermacarte, sedie di metallo, maniglie delle porte, monete (2 euro).
- Tutti questi oggetti andrebbero sostituiti, ove possibile, con analoghi in plastica, velcro o metalli nobili (anche se l'argento, l'oro bianco, l'oro giallo a 14 carati ed il platino possono contenere nichel in percentuale variabile a seconda della purezza della lega); il nichel, inoltre, può essere contenuto in molti oggetti sottoposti a cromatura. L'acciaio inox, invece, non crea problemi.
- Il nichel è anche presente nei coloranti per oggetti in vetro, stoviglie di terracotta, porcellana; è utilizzato come mordente nei processi di tintura e di stampa dei tessuti e carta da parati, nei liquidi e nelle matrici per fotocopiatrice. Anche le tinture dei capelli contengono nichel, come pure i liquidi utilizzati per permanenti possono provocare il rilascio di nichel da oggetti metallici quali i fermagli.
- È possibile una sensibilizzazione al nichel dovuta alla lavorazione di batterie alcaline, oggetti di ottone e zinco lucidati in nero, ceramiche, materiale elettrico, smalto (verde: ossido di nichel), additivi per carburanti, insetticidi, reagenti e catalizzatori per materiale plastico, leghe e rivestimento di nichel, nuclei magnetici, indurenti dei grassi come catalizzatore, placcatura mediante bagno galvanico o con ottone. Va sottolineato che le soluzioni industriali contenenti nichel penetrano i comuni guanti di gomma ed è quindi consigliato l'uso di guanti pesanti da lavoro di vinile.
- Il nichel è infine presente in molti oggetti utilizzati in campo medico-chirurgico: aghi per elettrodepilazione, agopuntura, mesoterapia, protesi ortopediche, valvole cardiache, oro bianco utilizzato per lavori odontoiatrici.
- Dal punto di vista clinico la sintomatologia dovuta all'allergia al nichel si accentua durante la stagione estiva e nei climi caldo-umidi. In seguito all'aumentata sudorazione il nichel viene infatti liberato più facilmente dagli oggetti che lo contengono, anche in presenza di una barriera costituita da stoffa o smalto per unghie (l'applicazione di quest'ultimo alla bigiotteria, per esempio, consente di tollerare il contatto con tali oggetti per qualche ora).

ALIMENTI PERMESSI

- Pollame e qualsiasi tipo di carne, pesce (ad esclusione delle aringhe), uova, latte, yogurt, burro, margarina, formaggi, una patata (grandezza media) al giorno.
- Sono inoltre permesse piccole quantità dei seguenti cibi: cavolfiore, cavolo, lattuga, cetriolo, carote, riso raffinato, farina (non di grano intero), frutta fresca (escluse le pere), marmellata, caffè, vino, birra.

ALIMENTI PROIBITI

- Cibi in scatola, aringhe, ostriche, fagioli, asparagi, cipolle, spinaci, pomodori, piselli, funghi, granoturco, farina di grano intero, pere sia fresche che cotte, rabarbaro, tè, cacao, cioccolato, lievito in polvere.
- Per cucinare si consiglia l'uso di pentole smaltate, in teflon e/o alluminio