

## **Quante lacrime in farmacia! Quali sono le differenze?**

Naturalmente parliamo di lacrime ... artificiali, cioè di quei prodotti che cercano di simulare gli effetti del liquido lacrimale vero, quando per una qualche ragione la sua produzione diventa insufficiente. Come scegliere tra i tanti prodotti in commercio?

### **Cosa c'è in una lacrima**

La composizione del liquido lacrimale è abbastanza complessa. Oltre alla componente acquosa sono presenti molte altre sostanze: lipidi, che si dispongono nella parte esterna del liquido lacrimale ed impediscono l'evaporazione dell'acqua, proteine, sali minerali e altre sostanze ad azione protettiva. Il film lacrimale lubrifica continuamente l'occhio, apporta sostanze nutritive per la cornea, rimuove batteri e corpi estranei.

### **L' "occhio secco"**

Quando la sua produzione diventa insufficiente per una qualsiasi causa, compaiono i tipici sintomi dell'"occhio secco": sensibilità alla luce, sensazione di avere sabbia negli occhi, bruciore, prurito, stanchezza, dolore. In casi più severi può aversi offuscamento della visione, arrossamento degli occhi, intolleranza alle lenti a contatto e lesioni corneali.

Il disturbo è più frequente nelle persone anziane ed è spesso legato a fattori ambientali come vento, aria condizionata, esposizione al sole o al fumo; può inoltre comparire dopo interventi chirurgici o traumi all'occhio, in corso di malattia da raffreddamento o in seguito all'assunzione di certi farmaci (es. antistaminici).

Il problema della secchezza oculare si può presentare anche nei portatori di lenti a contatto, soprattutto in caso di uso prolungato. A volte, gli stessi prodotti per la pulizia, o le sostanze che si depositano sulla superficie delle lenti morbide, possono provocare la comparsa di arrossamenti e irritazioni. Un'accurata igiene delle lenti rappresenta un fattore indispensabile per ridurre l'incidenza di eventuali complicazioni. Se questo avviene, è opportuno non usare le lenti finché il disturbo non sia scomparso, cercando al contempo di identificarne la causa per evitare che il problema si ripeta. Continuare a portare le lenti, tentando di alleviare i sintomi con un collirio, è scorretto per due motivi: il primo è che i disturbi potrebbero essere provocati proprio dalle lenti. Il secondo è che molti colliri contengono una sostanza, il benzalconio cloruro, che viene assorbita dalle lenti morbide e causa a sua volta irritazione oculare.

Infine può presentarsi in persone affette da malattie croniche come l'artrite reumatoide ed è un segno caratteristico della cosiddetta "sindrome di Sjogren".

Nei casi lievi, evitare di esporsi al vento e al fumo o di stare in ambienti troppo caldi e secchi può contribuire ad alleviare il fastidio. In molti casi, tuttavia, è necessario ricorrere all'uso di lacrime artificiali.

### **Le lacrime artificiali**

L'offerta del mercato è ampia: i prodotti ad azione lubrificante e umettante sono costituiti soprattutto da sostanze capaci di formare soluzioni viscosi che facilitano lo scorrimento della palpebra durante l'ammiccamento (il movimento involontario e rapidissimo di chiusura e riapertura delle palpebre) e in grado di formare un film acquoso distribuito e persistente sulla cornea. Altre sostanze più viscosi vengono impiegate per lo più nella formulazione di pomate o gel oftalmici, più adatti per la somministrazione serale, prima di coricarsi, in quanto la loro consistenza è tale da alterare per qualche tempo la visione.

Una importante distinzione da fare nella scelta di un prodotto è la sua presentazione sottoforma di collirio multidose o monodose. I colliri multidose, cioè quelli che si possono aprire e chiudere e che contengono alcuni ml di soluzione (in genere 10 ml), contengono conservanti per preservarne la sterilità. Queste sostanze possono risultare irritanti per l'occhio e che possono essere assorbiti dai materiali di cui sono fatte le lenti a contatto. Non vanno perciò utilizzati da chi ha problemi di questo tipo. In ogni caso, dopo 30 giorni dall'apertura del flacone (o prima se così indica il prodotto) va eliminato ogni residuo di soluzione non utilizzata. Le preparazioni monodose si presentano in forma di piccoli contenitori in plastica contenenti poche gocce di soluzione sterile. Una volta aperti e utilizzati, è necessario eliminare la soluzione rimasta per che non contengono conservanti. Sono quindi prodotti più sicuri, ma hanno lo svantaggio di essere generalmente più costosi.

In ogni caso, qualsiasi prodotto si scelga, la composizione delle lacrime artificiali è sempre molto diversa da quella delle lacrime naturali. La varietà dei prodotti in commercio consente tuttavia di stabilire soggettivamente, provando le diverse alternative, qual'è il prodotto più adatto al proprio caso, anche perché non esistono dati che consentano di stabilire la maggiore efficacia di una sostanza rispetto all'altra e che indirizzino la scelta verso un prodotto o l'altro. La somministrazione di questi preparati andrebbe effettuata ad intervalli regolari e non solo quando si comincia ad avvertire la sensazione di fastidio.

### **Quando rivolgersi al medico**

- Quando gli occhi sono rossi e il dolore è intenso
- Quando l'occhio presenta secrezioni purulente
- In caso di trauma all'occhio, o quando l'occhio è protruso verso l'esterno o se si nota un abbassamento delle palpebre
- In caso di occhio secco accompagnato da dolori articolari, gonfiori o rigidità mattutina
- Quando oltre all'occhio si ha anche la bocca secca
- Quando i sintomi della secchezza oculare non si risolvono dopo qualche giorno di automedicazione con lacrime artificiali.

### **Cosa bisogna saper dire al proprio medico**

In caso di visita medica è importante poter fornire le seguenti informazioni:

- Da quanto tempo è presente la secchezza oculare e se interessa uno o entrambi gli occhi
- Se è presente in modo saltuario o continuo; se è legata alla permanenza in particolari ambienti o compare durante certe attività
- Se vi sembra che sia legata a fattori ambientali come vento, polvere, presenza di sostanze chimiche, esposizione al sole o alla luce
- Se provoca disturbi alla normale visione
- Se provoca dolore
- Se avete difficoltà nel chiudere le palpebre o se avete notato la presenza di secrezioni anomale
- Se avete già provato ad utilizzare lacrime artificiali e con quale risultato
- Gli eventuali medicinali che state assumendo
- Se vi siete sottoposti a recente chirurgia dell'occhio o se avete avuto dei traumi
- Se utilizzate lenti a contatto
- Se soffrite di allergia
- Se utilizzate cosmetici, ed in particolare quelli da applicare nella regione attorno all'occhio
- Se avete altri sintomi come secchezza della bocca o dolori articolari.

### **Un consiglio pratico**

Poiché le lacrime artificiali sono abbastanza costose e sono spesso utilizzate in modo cronico, sarebbe bene che la scelta del prodotto fosse orientata verso un prodotto classificato come "medicinale" e non per un prodotto classificato come "parafarmaco" o "cosmetico". In questo modo è possibile portare la spesa sostenuta in detrazione nella dichiarazione dei redditi, raccogliendo e conservando gli scontrini rilasciati dalla farmacia, completi del proprio codice fiscale.

[ottobre 2008]