



Irrigazione Nasale contro il Covid?

Data 27 luglio 2020
Categoria infettivologia

Irrigazione Nasale contro il Covid?

L'irrigazione nasale (IN) è una vecchia pratica copiata dalla medicina ayurvedica per trattare le malattie del tratto respiratorio superiore. È usata da sola o in associazione con altre terapie in diverse condizioni, tra cui la rinosinusite cronica e la rinite allergica. Inoltre, in particolare nei bambini, è stata prescritta per il trattamento e la prevenzione delle infezioni del tratto respiratorio superiore.

I meccanismi esatti con cui funziona la IN non sono noti. Tuttavia, la maggior parte degli esperti pensa che sia dovuto ad un effetto meccanico di pulizia diretta della mucosa nasale, indipendentemente dalla composizione della soluzione utilizzata per il lavaggio nasale.

Tuttavia, alcuni dati sembrano indicare che la composizione della soluzione può influenzare alcuni aspetti dell'azione della IN.

La somministrazione di soluzioni isotoniche sono state associate a una riduzione immediata e significativa della carica microbica. Al contrario, le soluzioni ipertoniche influenzano solo marginalmente le concentrazioni di antigeni microbici. Inoltre, le concentrazioni di lisozima e lattoferrina sono risultate aumentate di circa il 30% 24 ore dopo IN.

La soluzione salina isotonica (0,9%) e la ipertonica (1,5% a 3%) sono le preparazioni più comunemente utilizzate in commercio ed entrambe sono acide con un pH da 4,5 a 7.

Per aumentare il contenuto di minerali esistono, poi, in commercio diversi prodotti contenenti acqua di mare diluita con acqua distillata per ottenere una soluzione isotonica o leggermente ipertonica con pH neutro o leggermente alcalino (Libenar, Sterimar e Marimer e Physiomer). Una soluzione isotonica per IN può essere preparata in casa. In generale, viene utilizzata acqua del rubinetto o distillata bollita con aggiunta di sale da cucina in proporzione di 9 gr di sale per litro di acqua.

Esistono diversi metodi per irrigare le cavità nasali, spray, siringa, nebulizzatori nasali come il rinowash. Importante è assicurare importanti volumi di soluzione, almeno 100 ml per cavità nasale a pressione positiva. Il metodo più utilizzato è la siringa ma presenta l'inconveniente di non dosare uniformemente la pressione e causare fastidio. Da anni consiglio ai miei pazienti un irrigatore nasale che si può acquistare su amazon (<https://tinyurl.com/y5tfbrvq>) dal costo contenuto in grado di somministrare grandi volumi di soluzione a pressione costante. Lo consiglio a tutti, non solo per coloro che hanno problemi nasali ma come pulizia e igiene delle mucose nasali che trattengono microbi, polvere e particolato impedendo alle ciglia di svolgere la loro funzione. Dopo il lavaggio utile spruzzare una soluzione a base di acido ialuronico (per es. Wet Gel, Rinorex) che idrata le mucose. Procedura che consiglio alla sera e tutte le volte che si sente il nasochiuso.

Occorre però prestare molta attenzione a disinfettare bene l'erogatore della soluzione salina in quanto potrebbe essere un veicolo di infezione. Disinfezione che può essere fatta lavandola con acqua e sapone oppure con alcool 70%.

Durante questa pandemia di Covid l'irrigazione nasale ha suscitato interesse tra i ricercatori per un possibile effetto preventivo nell'eliminare il virus che sappiamo è altamente contagioso nelle cavità nasali. Sono in corso alcuni studi randomizzati che chiariranno l'utilità di questa antica pratica.

ClementinoStefanetti

Bibliografia

Nicola Principi, Susanna Esposito. Nasal Irrigation: An Imprecisely Defined Medical Procedure. International Journal of Environmental Research and Public Health — Open Access Journal. Review. Int J Environ Res Public Health. 2017 May 11;14(5):516.

Benefits and Safety of Nasal Saline Irrigations in a Pandemic—Washing COVID-19 Away. JAMA Otolaryngol Head Neck Surg. Published online July 23, 2020.

Hypertonic saline nasal irrigation and gargling should be considered as a treatment option for COVID-19. J Glob Health. 2020 Jun; 10(1):010332.

Impact of Nasal Saline Irrigations on Viral Load in Patients With COVID-19. <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT04347538>

Hypertonic Saline Nasal Irrigation and Gargling in Suspected or Confirmed COVID-19 (ELVIS COVID-19). <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT04382131>

Gargling and Nasal Rinses to Reduce Oro- and Nasopharyngeal Viral Load in Patients With COVID-19. <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT04344236>

SINUS WASH Pilot Study in Adults Testing Positive for COVID-19 <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT04393792>