



Sito dell'Assessorato alla tutela della salute e sanità
www.regione.piemonte.it/sanita



Non farti influenzare

Contro l'A/H1N1 scegli la prevenzione



www.regione.piemonte.it/sanita



***Non c'è cura
senza cuore***

Sistema Sanitario Regionale del Piemonte

Che cos'è la nuova influenza A/H1N1 e perché sta creando tanto allarme

L'influenza è un'infezione virale acuta dell'apparato respiratorio. Ogni anno, l'influenza stagionale colpisce milioni di persone nel mondo ed è causa anche di numerosi decessi.

Nell'aprile del 2009, oltre al virus dell'influenza stagionale, è comparso un nuovo virus influenzale, denominato A/H1N1, che non era mai stato rilevato prima nell'uomo e che ha quindi inizialmente destato molta preoccupazione.

Invece, dopo mesi di sorveglianza da parte delle autorità sanitarie internazionali e nazionali, **la nuova influenza si è rivelata del tutto simile a quella stagionale**: stesse modalità di trasmissione, stessi sintomi, in genere lievi, stesso decorso della malattia, da cui si guarisce normalmente in pochi giorni.

Essendo causata da un virus nuovo, però, **l'infezione si propaga più rapidamente della normale influenza**, visto che la maggior parte della popolazione non ha ancora sviluppato difese immunitarie nei suoi confronti.

Come l'influenza classica, anche quella provocata da virus A/H1N1 può comportare delle complicazioni (polmonite e insufficienza respiratoria), anche se in un numero limitato di casi e soprattutto nei soggetti con patologie croniche preesistenti. Ad oggi, la mortalità da virus A/H1N1 è analoga a quella dell'influenza stagionale.

La nuova influenza, quindi, non preoccupa per la sua pericolosità. L'attenzione delle autorità rimane elevata per l'eventualità che si ammali contemporaneamente un alto numero di persone, con conseguenze negative sul funzionamento dei servizi sanitari e sulla vita economica e sociale del Paese.

Per questo, la Regione Piemonte, d'intesa con il Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali e con le altre Regioni, si è tempestivamente attivata per predisporre tutte le azioni utili a contenere la diffusione del virus.

Come proteggere se stessi e gli altri

Le precauzioni da adottare

Il virus dell'influenza A/H1N1, come tutti i virus influenzali, si trasmette da persona a persona, attraverso le goccioline di saliva che si formano quando si starnutisce o si tossisce. Oppure si può contrarre toccandosi bocca, naso e occhi con mani entrate in contatto con oggetti contaminati da queste secrezioni respiratorie e non pulite. Il virus rimane attivo per 15-30 minuti sulle mani e poche ore sulle superfici. Puoi quindi contribuire a proteggere te stesso e gli altri osservando alcune semplici precauzioni:



lavati le mani con acqua e sapone, spesso e a lungo (almeno 20 secondi), soprattutto prima di mangiare e dopo aver tossito o starnutito



non toccarti gli occhi, il naso e la bocca con mani non pulite



copriti la bocca con un fazzoletto di carta quando tossisci o starnutisci e getta il fazzoletto nel cestino



tieni pulite le superfici comuni (interruttori, maniglie, rubinetti, tavoli, telefoni)



arieggia regolarmente i luoghi chiusi (3-4 volte al giorno, per almeno 10 minuti)



se hai i sintomi influenzali resta a casa e limita i contatti stretti con altre persone, per evitare di trasmettere il virus



non scambiare oggetti come piatti e posate

La vaccinazione

Un'ulteriore misura di prevenzione è rappresentata dalla vaccinazione.

A tal proposito, è stato prodotto un vaccino per proteggere le persone più a rischio di contagio e/o di complicanze, acquistato e distribuito alle Regioni dal Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche sociali. In una prima fase, le categorie di persone cui verrà offerto il vaccino saranno, in ordine di priorità:

- 1 personale sanitario e socio-sanitario;
- 2 donne al secondo o al terzo trimestre di gravidanza;
- 3 persone di età compresa tra 6 mesi e 64 anni, con una delle seguenti patologie croniche a rischio di complicazioni dovute al contagio virale:
 - malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio, inclusa asma, displasia broncopolmonare, fibrosi cistica e BPCO;
 - gravi malattie dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite ed acquisite;
 - diabete mellito e altre malattie metaboliche;
 - malattie renali con insufficienza renale;
 - malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie;
 - neoplasie;
 - gravi epatopatie e cirrosi epatica;
 - malattie congenite ed acquisite che comportino carenza produzione di anticorpi;
 - immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV;

- malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale;
- patologie associate ad un aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie, ad esempio malattie neuromuscolari;
- obesità con Indice di massa corporea (BMI)>30 e gravi patologie concomitanti;
- condizione di familiare o di contatto stretto di soggetti ad alto rischio che, per controindicazioni temporanee o permanenti, non possono essere vaccinati;

4 donatori di sangue (secondo le indicazioni del Centro nazionale sangue)

5 forze dell'ordine;

6 vigili del fuoco;

7 personale addetto al mantenimento dei servizi pubblici essenziali.

La vaccinazione sarà gratuita e non obbligatoria.

Il vaccino non sarà reperibile in farmacia, ma sarà somministrato ai soggetti interessati direttamente a cura delle Asl, via via che il farmaco si renderà disponibile, con modalità che verranno comunicate ai cittadini attraverso un'apposita campagna informativa.



Cosa fare in caso di influenza

I sintomi

La nuova influenza da virus A/H1N1 è un'infezione del tutto simile all'influenza stagionale. Si manifesta pertanto con febbre improvvisa di norma superiore ai 38°C, accompagnata da sintomi respiratori (tosse, mal di gola, congestione nasale) e da malessere generale (dolori muscolari e articolari, brividi, stanchezza). In età pediatrica l'influenza può manifestarsi esclusivamente come un'infezione a carico delle alte vie aeree o come una sindrome febbrile con scarsi segni respiratori associati.

La diagnosi

La nuova influenza viene trattata come ogni altra sindrome influenzale. La diagnosi, quindi, viene fatta solo sulla base di criteri clinici, cioè sulla base della presenza dei sintomi sopra descritti, e non attraverso analisi virologiche specifiche, che non servono né per impostare la terapia, né per decidere di prescrivere esami o consulenze specialistiche. La diagnosi virologica attraverso il test viene effettuata principalmente per monitorare l'andamento della malattia sul territorio regionale e nazionale.

La cura

In caso di influenza, è opportuno rimanere a casa a riposo almeno sino a 24 ore dopo la fine dei sintomi e limitare i contatti stretti con altre persone, per evitare di diffondere il virus. Normalmente, non si rende necessario alcun trattamento particolare. A seconda dei casi, possono essere assunti farmaci per abbassare la febbre o per lenire i dolori, come ad esempio gli antipiretici.

Nel caso i sintomi persistessero o insorgessero complicanze, occorre, come di consuetudine, rivolgersi telefonicamente al proprio medico o pediatra di famiglia, che valuterà le terapie da prescrivere o se sussistano le condizioni per ulteriori accertamenti o per il ricovero.

È **fortemente sconsigliato recarsi direttamente al Pronto soccorso** se le condizioni di salute non sono critiche al punto da richiedere un intervento sanitario di emergenza. Si rischierebbe di sovraccaricare inutilmente i servizi ospedalieri, limitando la loro capacità di risposta ai casi gravi, e di contribuire alla propagazione della malattia. Per contro, se non si è davvero malati, si rischia di contrarre il virus a causa del contatto con persone infette.

Gli antivirali

Da anni sono disponibili farmaci specifici contro i virus dell'influenza (i cosiddetti "antivirali"), il cui utilizzo è raccomandato nei casi in cui si presentino complicanze.

In tutti gli altri casi, invece, il trattamento con farmaci antivirali può apportare soltanto un beneficio modesto, con il rischio di effetti collaterali e di un aumento della possibilità che si sviluppino fenomeni di resistenza, che renderebbero questi farmaci non più efficaci in caso di reale bisogno.

Va anche ricordato che gli antivirali non sono vaccini e non vanno usati a scopo preventivo. Inoltre, devono essere sempre assunti dietro prescrizione e sotto controllo medico.