
Influenza, la storia si ripete

Autore: Michele Angelo Di Bari

Fonte: Città Nuova

La storia si ripete almeno dal V sec. a.C. Sembra impossibile liberarsene, ma si può imparare a prevenirla. Di seguito qualche breve domanda e risposta.

La storia si ripete almeno dal V sec. a.C., quando già i greci scrivevano di epidemie simil-influenzali. Sembra impossibile liberarsene, ma si può imparare a prevenirla.

Di seguito qualche breve domanda e risposta.

Cos'è l'influenza? Una malattia respiratoria provocata da virus che infettano le vie aeree (naso, gola e polmoni).

Perché ogni anno c'è una nuova influenza? I virus influenzali vanno incontro a cambiamenti della loro struttura e questo causa la comparsa di nuovi ceppi di virus che sono responsabili delle epidemie influenzali che si susseguono di anno in anno. E perché sempre diversi, facilmente infettano la popolazione che non possiede una adeguata protezione immunitaria.

Come si trasmette? Per via aerea, attraverso goccioline di saliva emesse con la tosse, uno starnuto o semplicemente parlando. Il periodo di contagiosità comincia un po' prima della comparsa dei sintomi e si prolunga per 3-5 giorni dalla "guarigione".

È possibile prevenirla? È possibile ridurre il rischio di contagio evitando contatti diretti con malati di influenza (o sospetti tali) e luoghi chiusi, affollati, poco areati (mezzi pubblici, locali molto frequentati e fumosi).

La prevenzione richiede anche l'osservazione delle norme igieniche di base, (lavarsi le mani con acqua e sapone quando torniamo a casa, prima di ogni pasto e comunque prima di portarle alla bocca o agli occhi); mangiare molta frutta e verdura; praticare attività fisica; evitare il fumo (anche passivo), il consumo di alcol e i colpi di freddo che indeboliscono le difese immunitarie; e vaccinarsi se si appartiene ad una categoria a rischio.

Vaccinazione: a chi? Dai 65 anni in su, bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, bambini pretermine, donne al secondo o terzo mese di gravidanza nel periodo di picco epidemico, ricoverati in strutture a lungodegenza, medici e personale sanitario, ecc.

Vaccinazione: sconsigliata a chi? Lattanti al di sotto di 6 mesi, persone allergiche alle proteine dell'uovo e altri componenti del vaccino.

Come si cura? In genere è sufficiente una terapia diretta ai sintomi quali antipiretici (che abbassano la febbre), analgesici (che agiscono sul senso di malessere, sulla cefalea e sui dolori articolari e muscolari) ed antinfiammatori.

Come non si cura? Per combattere l'influenza non hanno alcun effetto gli antibiotici, visto che agiscono contro le infezioni batteriche. Un antibiotico è utile in caso di complicanze batteriche che possono verificarsi nel corso della malattia.