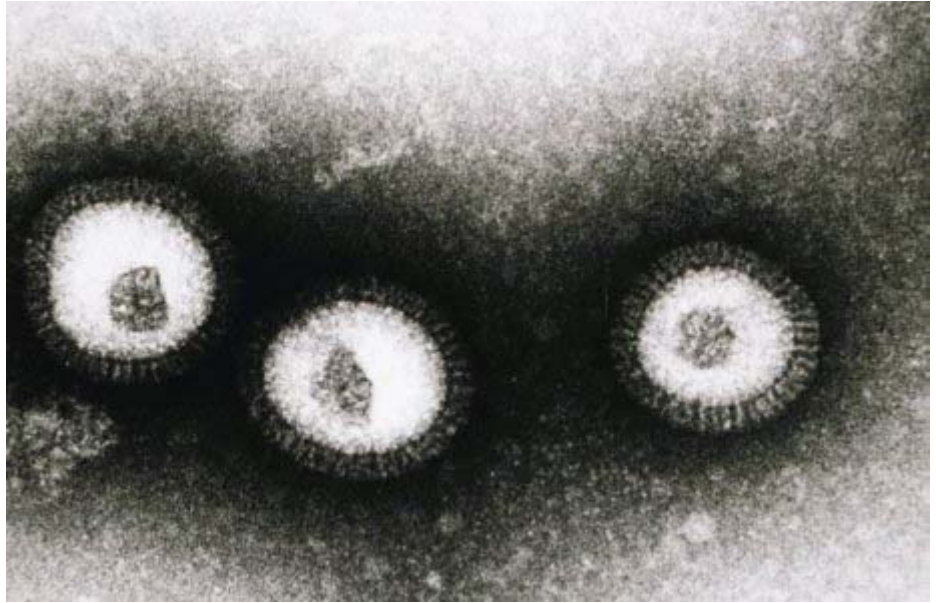


L'INFLUENZA



(da: [Pagine Mediche.it](http://Pagine.Mediche.it))

Cos'è

L'influenza è una malattia infettiva acuta che interessa prevalentemente l'apparato respiratorio, provocata da virus appartenenti alla famiglia degli Orthomixovirus.

I virus influenzali vengono classificati in tre diversi tipi (A, B e C) ed in vari sottotipi, sulla base delle caratteristiche degli antigeni di superficie, denominati emoagglutinina (H) e neuroaminidasi (N). Il tipo C non è molto frequente, per cui le epidemie influenzali sono provocate prevalentemente dai tipi A e B.

Epidemiologia

Il virus influenzale è in grado di diffondersi rapidamente attraverso i continenti, per cui può dare origine a vere proprie pandemie, che si manifestano prevalentemente nel periodo Settembre - Marzo nell'Emisfero Nord, e nei mesi da Giugno a Settembre nell'Emisfero Sud. I ceppi virali circolanti possono essere diversi di anno in anno e da regione a regione. Le dimensioni di ciascuna epidemia dipendono dalle caratteristiche del ceppo virale, ed in particolare dalle sue variazioni rispetto al ceppo dell'anno precedente. Il virus influenzale infatti può andare incontro a diversi tipi di mutazioni, le quali provocano effetti diversi sulla evoluzione dell'infezione:

- Mutazioni minori o secondarie degli antigeni di superficie H e N: causano delle variazioni minime alla struttura del virus, e si manifestano ogni 2-3 anni. In questi casi le difese immunitarie della popolazione risultano essere ancora parzialmente protettive nei confronti del virus, per cui si verificano epidemie più limitate. L'insorgenza è solitamente improvvisa e la durata del ciclo epidemico è mediamente di 6-8 settimane. La morbosità della malattia nella popolazione generale è di circa il 10-

20%, ma può essere maggiore nei bambini e nelle comunità chiuse (ad esempio case di riposo), con punte del 40-50%; la mortalità è più elevata nelle persone anziane affette da altre patologie concomitanti, come le malattie broncopolmonari e cardiovascolari.

- Mutazioni strutturali degli antigeni di superficie H e N: provocano delle variazioni importanti alla struttura virale, e si manifestano ogni 10-20 anni. Queste forme, verso le quali le popolazioni non hanno una adeguata protezione immunitaria, si diffondono molto rapidamente dando origine a delle vere e proprie pandemie, con una morbosità che arriva al 50% nella popolazione generale, e fino all'80% nelle comunità chiuse. Queste forme si manifestano però più raramente.

Si stima che ogni anno nel mondo si ammalano circa 500 milioni di persone, pari a quasi il 10% della popolazione del pianeta.

Trasmissione

Il virus viene trasmesso tramite microscopiche goccioline di saliva emesse dalle persone infette con gli starnuti, con la tosse o anche con la semplice fonazione. La trasmissione è facilitata dal contatto ravvicinato tra le persone, dato che il virus ha una elevata contagiosità. Questa elevata capacità di diffusione del virus spiega perchè in una popolazione l'epidemia raggiunga il culmine dopo soli 15 giorni dal manifestarsi dei primi casi.

La persona infetta è in grado di trasmettere il virus da pochi giorni prima fino a 5-7 giorni dopo la comparsa dei sintomi.

Patogenesi

Il virus, una volta penetrato nell'organismo attraverso le vie respiratorie, si localizza nelle cellule epiteliali di rivestimento delle prime vie aeree, all'interno delle quali è in grado di replicarsi attivamente; il ciclo vitale del virus ha una durata di 4-6 ore. Le particelle virali neoformate escono quindi dalla cellula, che va incontro a morte, e sono pronte per andare ad infettare nuove cellule, provocando così l'estensione dell'infezione a macchia d'olio. In seguito, l'intervento del sistema immunitario contribuisce ad arrestare la progressione dell'infezione, portando così alla guarigione nel giro di pochi giorni.

Come me ne accorgo

Il periodo di incubazione dell'influenza è mediamente di circa 1-3 giorni, e la malattia insorge generalmente in modo improvviso.

I sintomi principali sono rappresentati da febbre elevata, tosse, mal di gola, mal di testa, dolori artro-muscolari diffusi, sensazione di spossatezza. Nella Tabella seguente sono elencati i sintomi che possono comparire in corso di influenza, con le relative percentuali di frequenza:

| SINTOMO | FREQUENZA |
|----------------------------|------------------|
| Tosse | 50 - 98% |
| Febbre (> 38° C) | 48 - 100% |
| Brividi | 25 - 90% |
| Mal di gola | 25 - 95% |
| Cefalea | 30 - 98% |

| | |
|--------------------------------|-----------|
| Perdita dell'appetito | 30 - 70% |
| Congestione nasale | 20 - 100% |
| Dolori muscolari | 30 - 80% |
| Abbassamento della voce | 10 - 40% |
| Vomito | 5 - 45% |
| Diarrea | 1 - 20% |
| Dolore toracico | 5 - 25% |

Cosa aspettarsi

La durata dei sintomi è variabile, ma la maggior parte dei pazienti guariscono in circa 5-7 giorni.

Durante il decorso dell'influenza a volte si possono manifestare alcune complicanze, a carico prevalentemente del tratto respiratorio superiore (otite, sinusite, parotite) e del tratto respiratorio inferiore (laringite, bronchiolite, polmonite, peggioramento clinico in persone affette da asma o da broncopneumopatie croniche ostruttive).

Gli esami

Il sospetto di influenza viene solitamente posto sulla base del quadro clinico, ma importante è anche il dato epidemiologico relativo alla presenza di questa malattia in una certa stagione ed in una certa area geografica. Per avere però la diagnosi di certezza è necessario eseguire un prelievo di sangue per la ricerca degli anticorpi specifici, la cui presenza conferma l'avvenuto contatto tra l'organismo ed il virus. Può essere eseguita anche la ricerca diretta del virus nel tampone faringeo o nell'espettorato, ma tale indagine richiede più tempo per la risposta e può essere eseguita solo in laboratori specializzati.

Che fare

I provvedimenti terapeutici sono essenzialmente di carattere sintomatico: vengono solitamente impiegati antipiretici e antinfiammatori per limitare l'intensità dei sintomi. Possono risultare utili anche i sedativi della tosse ed i mucolitici. Non sono abitualmente necessari gli antibiotici, se non in casi particolari o in presenza di complicanze.

Sono disponibili anche dei farmaci antivirali specifici, in grado di ridurre la durata della fase acuta. Può essere anche utilizzata la [terapia omeopatica](#), sia come sintomatico che per potenziare le proprie difese immunitarie.

Consigli

In corso di influenza viene consigliato il riposo a letto per tutta la durata della fase acuta. Dato che la trasmissione dell'infezione avviene per via aerea, è molto importante osservare le norme di isolamento respiratorio, che prevedono di evitare il contatto diretto con altre persone, per non esporle ad un rischio di contagio.

La misura di prevenzione principale è rappresentata dalla somministrazione di uno specifico vaccino; è particolarmente raccomandata per i soggetti a rischio, quali gli anziani ed i pazienti affetti da patologie broncopolmonari o cardiache croniche.

Il vaccino va ripetuto ogni anno, poiché la sua composizione viene modificata in base al ceppo virale in circolazione in quella determinata stagione; viene somministrato per iniezione intramuscolare e fornisce una protezione che dura 5-6 mesi.

Non lasciarti influenzare!

Australiana, cinese, spagnola. Sono i **virus influenzali**, che ormai colpiscono sempre con più efficacia, nonostante i numerosi vaccini disponibili.

L'influenza è una malattia acuta dell'apparato respiratorio, fortemente virale e contagiosa, che si trasmette con l'inalazione delle goccioline emesse da uno starnuto o da un colpo di tosse o anche durante una conversazione con persone infette. È chiaramente più facile la trasmissione quando gli ambienti in cui persone infette e persone sane convivono a stretto contatto (ospizi, ospedali, uffici, scuole, ...). **Sintomi** tipici dell'influenza sono innanzitutto tosse, mal di gola, raffreddore, accompagnati da brividi, febbre, dolori muscolari, affezioni intestinali. Solitamente, se trattata, l'influenza scompare nell'arco di una settimana circa, anche se talvolta lascia postumi poco piacevoli, quali astenia, temperatura leggermente sopra la norma, strascichi di tosse e mal di gola.

Cosa fare?

Quando ci si ammala di influenza, la prima cosa è restare a **letto** e al caldo. È importante umidificare bene la stanza e far cambiare spesso l'aria. Per quanto riguarda i cibi, è consigliabile assumere molti **liquidi** per reintegrare i sali minerali persi attraverso la sudorazione. Può essere utile assumere farmaci **antipiretici** per abbassare la temperatura corporea, soprattutto quando è molto alta. Bisogna evitare di autoprescrivere **antibiotici** poiché innanzitutto non sono efficaci contro i **virus** e poi potrebbero portare effetti collaterali che peggiorerebbero solo la situazione. Lasciate, quindi, valutare al medico se è il caso di assumere questo tipo di farmaci.

Il vaccino

Premesso che il **vaccino** antinfluenzale è ancora l'arma migliore contro l'insorgenza dell'influenza, è anche vero che molte persone, nonostante il vaccino, vengono comunque colpiti dall'influenza. Questo scoraggia, a torto, l'uso di questa efficace arma contro la diffusione dell'epidemia. I vaccini vengono preparati con i **virus** attenuati dell'anno precedente, quindi hanno una validità del 50-80%, mentre nel restante 20% dei casi attenuano i sintomi e rendono più rapida la ripresa. In ogni caso, ci sono **categorie a rischio** che andrebbero sicuramente vaccinate: i bambini, le persone con il sistema immunitario indebolito o deficitario, gli anziani con oltre 65 anni, i cardiopatici, i malati cronici renali, i diabetici, gli anemici, le persone affette da malattie dell'apparato respiratorio, persone che vivono o lavorano in comunità.

VIRUS, BATTERI & Co.

Nell'aria che respiriamo sono presenti germi, elementi non innocui, che entrati nel nostro organismo si riproducono e sono la causa di malattie infettive. Tra questi annoveriamo pollini, acari (di origine naturale e parzialmente innocui), virus e batteri (anch'essi di origine naturale ma che a differenza dei primi

provocano malattie rilevanti); l'azione di questi microrganismi è poi fronteggiata dai vaccini che stimolano la reazione del sistema immunitario. Per approfondire la conoscenza di tutti questi microrganismi e più in generale delle malattie infettive, di seguito proponiamo il percorso guidato che passando per il Ministero della Salute e L'Istituto Superiore di Sanità aiuta l'utente a conoscere e meglio affrontare la problematica.

Ministero della Salute



E' la sezione del sito del Ministero della Salute dedicata alle malattie infettive, alla loro epidemiologia, alle vaccinazioni per combatterle. Interessante la sezione dedicata alle informazioni ai viaggiatori e quella dedicata ai bambini con il gioco sull'epatite.

Dipartimento di Malattie Infettive - Ospedali Civili Brescia



E' il sito del Dipartimento per le Malattie Infettive degli Spedali Civili di Brescia. Oltre ad informazioni sull'Ospedale, ci sono numerose informazioni sulle malattie infettive, tra cui quelle sull'AIDS e sulle malattie sessualmente trasmesse (MTS). Un glossario completa le informazioni.

SIMI



L'Istituto Superiore di Sanità mette a disposizione un intero sito sull'epidemiologia delle malattie infettive, offrendo numerose informazioni sulle patologie e la loro epidemiologia. Sono anche presenti informazioni sul Progetto SIMI, Sistema Informatizzato Malattie Infettive.

Idahen



Il sito si occupa essenzialmente di malattie infettive trasmissibili riscontrate nella popolazione immigrate e in via di sviluppo. E' possibile consultare sezioni interamente dedicate alle attività svolte dalle persone che si occupano del sito e degli immigrati, ma anche risorse, legislazione e tutto quello che può servire a prevenire e curare le malattie infettive.

Travel Clinic



Il sito tratta essenzialmente le malattie infettive che si possono contrarre durante i viaggi all'estero. Ha degli ottimi contenuti, con schede paesi, ognuna che spiega quali sono i rischi, ma anche sezioni dedicate ai consigli di viaggio per evitare morsi di animali velenosi, consigli per portare i bambini in viaggio proteggendoli. Presenta anche una sezione sulle vaccinazioni.



NIV

Il sito offre numerose informazioni sulle vaccinazioni e sulle patologie che le vaccinazioni prevencono. Ci sono quattro macrosezioni, una dedicata al pubblico, una al medico, una alla newsletter ed una al network. Ogni sezione è contraddistinta da un proprio colore e tutte e quattro sono accessibili senza password. Da segnalare la presenza, nella sezione aperta al pubblico, di album da colorare e giochi per bambini.



NIAID

È il sito del National Institute of Allergy and Infectious Diseases americano. Il menu principale è in home page così da poter decidere immediatamente cosa andare a leggere in profondità. Il menu principale si ritrova, in tutte le pagine interne, in alto.



CIDRAP

Il sito del Center for Infectious Disease Research and Policy presenta in home page una serie di titoli che verranno poi approfonditi nelle pagine interne. Molte le risorse disponibili suddivise in bioterrorismo, problemi attuali, sicurezza biologica e sicurezza alimentare.

I pediatri preparano i genitori italiani all'arrivo dell'influenza.

Qualche consiglio utile e l'esortazione a vaccinare i bambini

(02/10/2003 - MFL Comunicazione)

Il suo arrivo è previsto per Natale – come ogni influenza che si rispetti – e si prevede che costringerà a letto ben otto milioni di italiani, il 40% dei quali al di sotto dei 18 anni: le vittime preferite del **virus Victoria** saranno i bambini. Per questo motivo la Federazione Italiana Medici Pediatri (**FIMP**), in collaborazione con il Movimento Italiano Genitori (**MOIGE**), si è già attivata per fornire ai genitori italiani i più preziosi consigli per combattere l'influenza dei propri bambini. Innanzitutto, i medici esortano a vaccinare i bambini ritenuti a rischio: **quelli sofferenti di malattie respiratorie croniche e quelli tra i sei e i ventiquattro mesi di età**. I recenti risultati di un'indagine realizzata per conto del **MOIGE** hanno evidenziato come il 90% dei genitori sia a conoscenza dell'esistenza e dell'utilità del **vaccino**, ma solo il 20% decida di utilizzarlo. Segno che negli ultimi anni si è imparato a convivere con l'influenza e troppo spesso si fa ricorso all'autosomministrazione di antibiotici (è ancora dura a morire la convinzione che servano a sconfiggere l'influenza).

Oltre all'esortazione a vaccinare i bambini, i pediatri danno una serie di preziosi consigli per riconoscere e fronteggiare l'influenza. Prima di tutto è importante imparare a riconoscere la vera influenza che è diversa dai **virus parainfluenzali** che, soprattutto in questo periodo con l'apertura delle scuole, hanno costretto a letto i bambini.

I sintomi dell'influenza sono inequivocabili (febbre alta, mal di testa, sudorazione, astenia, spossatezza generale e ancora tosse, mal di gola e congestione nasale) ed è importante non cercare di annientarli con farmaci "fai da te", ma alleviarla aspettando con pazienza che l'influenza faccia il suo corso. A questo proposito è bene far stare a casa il bambino per qualche giorno in più, piuttosto che anticipare il rientro a scuola correndo il rischio di una "ricaduta".