

Vacanze a letto: la Pacifica è in arrivo

Pubblicato: Giovedì 27 Dicembre 2007

 L'influenza è ormai alle porte. **Il virus** (Salomon, Wisconsin o Malesia che sia) **ha già iniziato a fare "vittime" nel nostro paese**. L'allarme è partito da "Influnet", la rete costituita da 800 medici sentinella.

E anche se il picco è previsto a gennaio, **i sintomi di febbre alta, spossatezza, mal di gola e tosse** circolano già nelle case in queste vacanze natalizie. Ne sanno qualcosa i medici di guardia in pronto soccorso piuttosto che le guardie mediche di turno in quei giorni in cui i medici di base erano in vacanza.

Ma come sarà l'influenza che ci attende? **Le previsioni non sono allarmanti**: è prevista febbre alta che può durare tra le 24 e le 36 ore, con infezione respiratoria (tosse con scarsa secrezione, piuttosto che mal di gola e naso chiuso) e almeno un sintomo fra dolori muscolari, cefalea, dolore dietro agli occhi e malessere generale.

Il lato positivo è che **il virus non sembra particolarmente contagioso** e le stime parlano di tre o cinque milioni di italiani a letto (molto dipenderà dal freddo).

A contenere il contagio contribuisce anche **l'effetto vaccinazione**, con la campagna partita nel novembre scorso e che ha riguardato tutti gli ultrasessantacinquenni e le persone con patologie gravi. Da questo punto di vista non dobbiamo farci molte illusioni: i risultati della campagna vaccinale nella nostra provincia non sono stati entusiasmanti.

Per combattere i sintomi influenzali è sempre consigliabile il riposo e una visita dal proprio medico per la prescrizione della miglior terapia.

Oltre all'influenza, è bene guardarsi anche da tutti i contagi parainfluenzali molto diffusi e che interessano soprattutto le vie respiratorie o quelle gastrointestinali.

Per evitare di rientrare tra i 5 milioni di contagi si devono rispettare alcune regole base di comportamento, come il lavarsi frequentemente le mani: le mani rappresentano un veicolo indiretto di trasmissione di questi virus respiratori emessi con la respirazione, ed ancor più con la tosse e gli starnuti. Per questo è importante quindi evitare pericolosi «scambi» di oggetti d'uso quali penne, telefonini e usi «promiscui» di oggetti quali mouse e tastiere di PC, tutte pericolose fonti di virus pronti ad infettare i malcapitati.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it