

Quello che dovete sapere dell'influenza H1N1

Pubblicato: Mercoledì 4 Novembre 2009

Nonostante i giornali stiano dando enfasi alla notizia dei "morti italiani", non ci sono maggiori cause di preoccupazione legate alla nuova influenza A H1N1. Purtroppo, anche la normale influenza di stagione provoca migliaia di morti ogni anno, nelle persone che hanno fattori di rischio particolare, ma non per questo genera paure incontrollate.

Cerchiamo di sciogliere ogni dubbio rispondendo alle domande più frequenti.

1. Che cos'è questa nuova influenza A(H1N1)?

L'influenza "suina", come fu battezzata inizialmente, è una malattia respiratoria acuta che si presenta con sintomi paragonabili a quelli della classica influenza stagionale, causata però da un nuovo virus influenzale del tipo A (H1N1).

2. Perché è stata definita "suina"?

L'appellativo "suina" deriva dall'origine del virus: è frutto dell'incrocio tra due ceppi di virus influenzali che infettano i maiali, due virus da tempo diffusi negli allevamenti.

A loro volta questi due ceppi hanno avuto origine dall'incrocio di virus influenzali umani, aviari (degli uccelli) e suini. Grazie a questi mescolamenti genetici, del tutto naturali, si è originato questo nuovo virus, senza parentele strette con i virus influenzali stagionali circolanti, con l'abilità di infettare e diffondersi con efficienza nella specie umana.

Il fenomeno però non è nuovo: nell'uomo infezioni da virus influenzali suini sono state riscontrate occasionalmente fin dagli anni '50 e sono legate a contatti ravvicinati con suini, come avviene negli enormi allevamenti industriali, dove migliaia di maiali sono assiepati in spazi ristretti e in scarse condizioni igieniche (condizioni favorevoli per la propagazione delle infezioni).

3. Perché è stata definita pandemia?

Si ha una pandemia quando una nuova infezione riesce ad espandersi in più zone del mondo contemporaneamente, in tempi rapidi e diffusamente a livello delle singole aree, così come sta facendo il virus A H1N1. È proprio la novità dell'agente infettivo, contro cui l'uomo non ha ancora avuto il tempo di costruire difese immunitarie, il fattore che determina il rapido espandersi del virus nella popolazione. La stessa paura ci fu per la SARS e per l'influenza aviaria, entrambe infezioni nuove per l'uomo, anche se in questi casi la pandemia non si verificò.

4. Che differenza c'è tra la nuova influenza A e l'influenza stagionale?

In termini di vie di trasmissione, sintomi e trattamento non sembra esserci differenza tra le due influenze. La differenza sta nella probabilità di essere contagiati. L'influenza stagionale è data da virus influenzali che da tempo circolano nella popolazione, di cui l'uomo negli anni conserva parziale memoria immunologica, cioè capacità di difendersi (parziale, poiché il virus si ripresenta leggermente diverso ogni anno). L'infezione annuale quindi non sorprende tutta la popolazione, e proprio per questo il numero di malati e di decessi è contenuto.

La nuova influenza è causata invece da un virus relativamente nuovo. Questo non vuol dire però che l'influenza sarà di sicuro più grave o più mortale, ma solo che un numero maggiore di persone potranno prendersela, un enorme problema per le risorse sanitarie e l'economia mondiale.

5. Come si trasmette?

La trasmissione da uomo a uomo avviene come per la classica influenza: si verifica per via aerea attraverso le micro-gocce di saliva di chi tossisce o starnutisce, ma anche per via indiretta attraverso il contatto con mani ed oggetti contaminati dalle secrezioni respiratorie dei malati. Per questo una buona igiene delle mani e ed una maggiore accortezza nel non diffondere l'infezione (per es. coprendo bocca e naso non con le mani, ma con un fazzoletto in caso di starnuti e colpi di tosse) è essenziale nel limitare la diffusione dell'influenza.

Va ricordato che una persona adulta può trasmettere il virus dal giorno prima dell'inizio dei sintomi fino a tre/sette giorni dopo l'inizio della malattia.

6. Chi sono le persone più a rischio di complicazioni?

In questo momento, i dati disponibili indicano più a rischio di complicazioni i malati cronici, come persone con problemi cardiaci e respiratori, i grandi obesi, chi ha difese immunitarie compromesse da malattie o terapie, gli anziani.

7. Cosa fare per proteggersi?

Ci sono alcune semplici azioni che aiutano a prevenire la diffusione di malattie infettive in generale, e quelle che si trasmettono per via aerea (come l'influenza). In particolare:

- lavare spesso le mani con acqua e sapone e in particolare dopo avere tossito o starnutito o dopo aver frequentato luoghi e mezzi di trasporto pubblici; se acqua e sapone non sono disponibili è possibile usare in alternativa soluzioni detergenti a base di alcol;
- coprire naso e bocca con un fazzoletto (possibilmente di carta) quando si starnutisce e gettare il fazzoletto nella spazzatura;
- evitare di toccare occhi, naso e bocca prima di aver lavato le mani; i germi, e non soltanto quelli dell'influenza, entrano nel nostro organismo attraverso questi organi.

8. Quali sono i sintomi?

I sintomi che caratterizzano l'influenza A/H1N1 sono gli stessi della classica influenza stagionale, e sostanzialmente tre:

- a. febbre alta sopra i 38° C
- b. almeno uno di questi sintomi respiratori: raffreddore, dolore alla gola, tosse
- c. dolori importanti a muscoli e articolazioni.

Questa influenza è a volte accompagnata da disturbi gastro-intestinali.

Nel lattante invece è comune che l'infezione si manifesti con vomito e diarrea e solo eccezionalmente con febbre.

9. Cosa fare se si sospetta di avere contratto l'influenza A (ma anche la classica influenza stagionale)?

Se si ha il sospetto di essere malati, non bisogna recarsi in ambulatorio, né in farmacia, né in ospedale, ma contattare il proprio medico telefonicamente. Ci fornirà tutte le istruzioni del caso, sia per quanto riguarda le norme di comportamento da assumere che per quanto riguarda la terapia. L'influenza infatti, nella maggior parte dei casi, si conclude con la guarigione del paziente: il medico di famiglia, conoscendo bene lo stato di salute dei pazienti e quello dei familiari conviventi, è il riferimento da privilegiarsi per ogni tipo di necessità.

Se si è malati è essenziale rimanere a casa evitando i contatti non necessari con altre persone, non intraprendere viaggi, non recarsi al lavoro o a scuola, in modo da non diffondere il virus ad altre persone e da ridurre il rischio di complicazioni (si intende sovra-infezioni da parte di altri virus o batteri).

10. Come si cura?

Normalmente, in caso di influenza si fa ricorso soltanto a rimedi contro i sintomi. Oltre ai semplici ma efficaci rimedi casalinghi (assunzione di liquidi, riposo, umidificazione dell'aria...) il medico di famiglia potrà consigliare alcuni farmaci, generalmente antipiretici contro la febbre e antidolorifici per il mal di testa e i dolori articolari e muscolari. Nel caso dell'influenza è assolutamente inutile ricorrere all'uso di antibiotici. Sintomi come febbre e tosse sono assolutamente comuni nell'influenza, ed essendo causati da un virus e non da batteri, usare un antibiotico è insensato.

11. È utile assumere farmaci antivirali?

Il virus H1N1 è sensibile ai farmaci antivirali oseltamivir e zanamivir, acquistabili in farmacia solo con ricetta medica, totalmente a carico del paziente.

Le migliori conoscenze oggi disponibili indicano però che l'unico beneficio dato da questi farmaci è la riduzione della durata dei sintomi, pari ad un giorno negli adulti sani e un giorno e mezzo nei bambini sani. Inoltre, l'efficacia e la sicurezza di questi farmaci non sono accertate in bambini inferiori ad un anno, donne in gravidanza e allattamento, anziani sopra i 65 anni, persone con malattie croniche (cardiache e respiratorie), bambini asmatici e persone con difese immunitarie compromesse.

Tenendo quindi conto che l'influenza per natura è una malattia che si risolve in pochi giorni, il vantaggio è decisamente modesto, a fronte di effetti indesiderati da non sottovalutare (nausea, vomito, insonnia, allucinazioni, irritabilità nei bambini) e del costo elevato per il paziente.

Un'ulteriore preoccupazione è l'emergere di resistenza dei virus a questi farmaci, fenomeno noto da tempo e che si sta diffondendo rapidamente: un uso improprio o eccessivo non fa che favorirla.

12. Che informazioni abbiamo attualmente sul vaccino?

Secondo il Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali il vaccino contro il nuovo virus influenzale sarà disponibile dalla seconda metà di novembre 2009 ai primi mesi del 2010.

Per quanto riguarda chi dovrà essere vaccinato, la decisione viene presa in base alle caratteristiche epidemiologiche dell'infezione (diffusione, gravità, fasce di popolazione colpite) ed all'esigenza di mantenere attivi i servizi pubblici, in particolare quelli sanitari.

Per ora comunque ci vuole molta cautela su questo argomento. Va però ricordato che il vaccino è comunque un grande business per le aziende farmaceutiche che lo produrranno. L'affare è enorme e bisognerà davvero vigilare perché gli interessi industriali non prevalgano su quelli

della gente.

13. Per quanto tempo il virus sopravvive sulle superfici esterne?

In base ai dati disponibili per altri virus antiinfluenzali, si presume che, una volta che il malato ha diffuso il virus all'esterno (con un colpo di tosse, uno starnuto, o perché ha toccato un oggetto con le mani contaminate), il virus può sopravvivere sugli oggetti e sulle superfici (comodino, tavolo, maniglia della porta, libro...) per un periodo di tempo che va da 2 a 8 ore.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it