

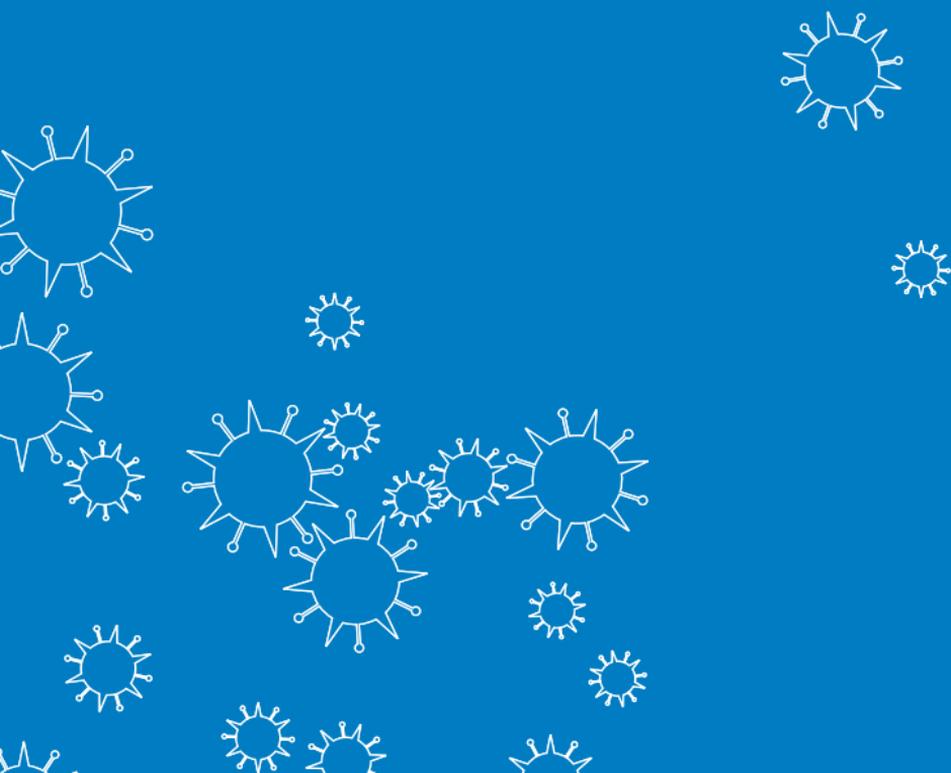


Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

Influenza stagionale, influenza aviaria e influenza pandemica – Buono a sapersi

Importanti informazioni per Lei e
per la Sua famiglia



Cos'è l'influenza e quali sono i sintomi tipici? Cos'è l'influenza aviaria? Quali sono le regole di comportamento da osservare nel caso dovesse scoppiare una pandemia influenzale in Svizzera? Questo opuscolo risponde alle domande relative a tutte e tre le forme di influenza, con l'intento di illustrare gli aspetti che le distinguono.

Definizione

L'influenza è una malattia infettiva acuta delle vie respiratorie causata da virus dell'influenza. La trasmissione dei virus avviene attraverso goccioline emesse da una persona infetta starnutendo, tossendo o semplicemente parlando, oppure indirettamente, toccando le superfici sulle quali i virus possono sopravvivere a lungo (p. es. maniglie delle porte).

Influenza stagionale

L'influenza stagionale dell'essere umano è una malattia acuta delle vie respiratorie che, nell'emisfero nord della terra, insorge nel periodo tra dicembre e marzo. È accompagnata da sintomi quali febbre, mal di testa e dolori muscolari, e può portare a gravi complicazioni. Ogni anno in Svizzera circa 200 000 persone si ammalano di influenza stagionale.

Influenza aviaria

L'influenza aviaria, conosciuta anche come peste aviaria classica, è un'epizoozia molto contagiosa. Il virus più noto dell'influenza aviaria, l'H5N1, è pericoloso per diverse specie di uccelli. Fintanto che il virus non è trasmissibile da uomo a uomo, non vi è alcun pericolo di contagio per la popolazione svizzera, a condizione che non abbia contatti con volatili infetti.

Pandemia influenzale

Sono definite pandemie le malattie che si diffondono in numerosi Paesi o, nella maggior parte dei casi, in diversi continenti. Si parla di pandemia influenzale, quando è constatata la presenza di un virus sconosciuto al sistema immunitario umano facilmente trasmissibile da persona a persona.

Il secolo scorso è stato colpito da tre gravi pandemie, tutte causate da virus dell'influenza: nel 1918, nel 1957 e nel 1968. La più nota, la cosiddetta «spagnola», fece diversi milioni di morti nel mondo tra il 1918 e il 1919.

La situazione attuale

Una pandemia umana si verifica, quando sono soddisfatti i seguenti tre criteri: il virus che ne è all'origine è nuovo per l'uomo ossia ampiamente o completamente sconosciuto al sistema immunitario, deve poter provocare una malattia nell'essere umano (elevato grado di patogenicità) ed essere facilmente trasmissibile da una persona all'altra (elevato grado di infettività). I due primi criteri sono realizzati dal virus H5N1 dell'influenza aviaria, il terzo no.

Influenza stagionale

L'influenza stagionale provocata da virus influenzali costituisce una delle più frequenti infezioni delle vie respiratorie nell'essere umano. Ogni anno, di norma nel periodo tra dicembre e marzo, si verificano epidemie.

In linea di massima l'influenza può colpire chiunque. I giovani adulti in generale si rimettono bene dalla malattia, mentre le conseguenze possono essere molto gravi soprattutto per i neonati, gli anziani e le persone affette da malattie croniche.

Sintomi

- » innalzamento improvviso della temperatura corporea al di sopra dei 38°C
- » brividi, mal di testa, dolori ai muscoli e alle articolazioni
- » raffreddore, tosse secca e mal di gola
- » vertigini, a volte anche disturbi respiratori
- » nei bambini possono manifestarsi anche dolori al ventre, diarrea o vomito

Normalmente, per la cura dell'influenza non è necessario un trattamento particolare. A seconda dei sintomi e della gravità della malattia possono essere assunti medicinali per abbassare la febbre o lenire i dolori. Sono disponibili anche medicinali specifici contro i virus dell'influenza (medicamenti antivirali) che possono essere prescritti da un medico soprattutto ai pazienti a rischio*. Essi vanno tuttavia assunti al più tardi 48 ore dopo il manifestarsi dei primi sintomi.

* I gruppi a rischio comprendono le persone d'età superiore ai 65 anni o affette da malattie croniche. Sono inoltre a rischio le persone che sono regolarmente in contatto (in famiglia, sul lavoro o nel tempo libero) con le categorie a elevato rischio di complicazioni.

Prevenzione

Il metodo più efficace per proteggersi dall'influenza stagionale è la vaccinazione. È un modo per ridurre il rischio di ammalarsi di influenza e per diminuire notevolmente il pericolo di eventuali complicazioni nei gruppi a rischio. La vaccinazione contro l'influenza è dunque raccomandata alle persone appartenenti ai gruppi a rischio* e a tutti coloro che preferiscono evitare il rischio di ammalarsi d'influenza, con le relative complicazioni. La vaccinazione è possibile già all'età di sei mesi. Dato che il vaccino è adeguato annualmente ai nuovi virus in circolazione, la vaccinazione contro l'influenza deve essere ripetuta ogni anno nel periodo tra metà ottobre e metà novembre.

Con un'alimentazione equilibrata, attività fisica regolare e ore di sonno sufficienti si può contribuire a preservare la salute in ogni età e ad aumentare le difese contro infezioni e altre malattie. Ma tutto ciò non basta come unica protezione contro l'influenza.

Misure di igiene

Le seguenti misure possono contribuire in generale a ridurre la trasmissione dei germi patogeni:

- » Lavare le mani regolarmente e accuratamente con acqua e sapone.
- » In caso di tosse o starnuti coprirsi possibilmente la bocca e il naso con un fazzoletto, oppure mettere la mano davanti alla bocca. Dopodiché lavare le mani a fondo con acqua e sapone.
- » Utilizzare se possibile fazzoletti di carta e gettarli nella pattumiera dopo l'uso.
- » Limitare il contatto con altre persone se si avvertono i sintomi menzionati sopra, per esempio rimanendo a casa.

Altre fonti di informazione

www.grippe.admin.ch
www.grippe.ch
www.influenza.ch
www.bag.admin.ch

Influenza aviaria

L'influenza aviaria, conosciuta anche come peste aviaria classica, è un'epizootia molto contagiosa. Può essere causata da virus influenzali molto diversi. Il virus più noto dell'influenza aviaria, l'H5N1, è pericoloso per polli, tacchini, anatre, oche e altri tipi di uccelli soprattutto acquatici. La trasmissione del virus dell'influenza aviaria all'essere umano è rara e possibile unicamente in caso di stretto contatto con volatili infetti (piume, secreto, escrementi). Se ben cotta, la carne non rappresenta alcun pericolo.

In alcune regioni del mondo, soprattutto in Asia, dal 2003 alcune centinaia di persone sono state contagiate dal virus dell'influenza aviaria e circa la metà di esse è deceduta. I primi sintomi sono simili a quelli dell'influenza stagionale, ma con disturbi più gravi delle vie respiratorie.

Provvedimenti a tutela delle persone

Fintanto che il virus dell'influenza aviaria non è trasmissibile tra gli esseri umani non vi è alcun pericolo di contagio per la popolazione svizzera, a condizione di evitare contatti con volatili infetti. Ma visto che nel 2006 sono stati reperiti volatili selvatici malati nel nostro Paese, da allora vigono le seguenti raccomandazioni:

- » Evitare contatti diretti con volatili acquatici.
- » Non toccare uccelli malati o morti.

Per maggiori informazioni consultare le seguenti fonti:

www.bvet.admin.ch
www.bag.admin.ch
www.oie.int

Pandemia influenzale

Per pandemia influenzale si intende un'elevata incidenza e una rapida diffusione mondiale di casi di influenza. Questa malattia è caratterizzata da un nuovo virus influenzale contro il quale l'organismo umano non è immunologicamente protetto e che – al contrario del virus dell'influenza aviaria – si trasmette facilmente tra gli esseri umani. La malattia si diffonde rapidamente e può causare un gran numero di gravi patologie.

In passato le pandemie sono state numerose. La più conosciuta è la «spagnola», un'influenza diffusasi mondialmente nel 1918 e che ha provocato da 20 a 40 milioni di morti. La probabilità che anche in futuro si sarà confrontati con una pandemia influenzale di questo tipo è molto elevata. Non è invece chiaro dove e quando essa scoppierà.

I possibili sintomi e le cure adeguate

- » I sintomi non sono ancora conosciuti, poiché attualmente il virus della pandemia influenzale non esiste.
- » I sintomi potrebbero essere simili a quelli dell'influenza stagionale, ma certamente più gravi.
- » Il periodo di incubazione, dal contagio alla comparsa dei primi sintomi, probabilmente va da poche ore a qualche giorno.

Il decorso della malattia e la trasmissione dei virus possono essere mitigati con l'impiego di medicinali antivirali. In caso di pandemia, la distribuzione di medicinali antivirali è assicurata dalle autorità.

Prevenzione

In Svizzera la preparazione in vista di una pandemia poggia su diverse misure di protezione che sono illustrate sinteticamente nel Piano pandemico svizzero.

La protezione più efficace contro il virus della pandemia è la vaccinazione. Tuttavia, dal momento in cui scoppia una pandemia fino alla messa a disposizione del vaccino appropriato trascorrono da 4 a 6 mesi. È il tempo necessario per la sua produzione dopo l'isolamento e la caratterizzazione del virus. In attesa dell'approvvigionamento del vaccino, la prima misura di protezione da adottare consiste nell'inoculazione del vaccino pre pandemico, in grado di sollecitare il sistema immunitario umano e di rendere la persona vaccinata parzialmente resistente a diversi virus influenzali, per quanto essi siano affini al virus contenuto nel vaccino. Il vaccino pre pandemico acquistato e stoccato dalla Confederazione è stato sviluppato partendo dall'attuale virus dell'influenza aviaria H5N1. Se il nuovo virus pandemico dovesse essere effettivamente affine al virus H5N1, ciò che ipotizzano oggi gli esperti, la vaccinazione pre pandemica fornirebbe una prima protezione. Di conseguenza, in caso di pandemia la Confederazione offrirà alla popolazione dapprima una dose di vaccino pre pandemico, che in seguito sarà completata con una dose di pandemico. Ambedue le vaccinazioni sono facoltative e gratuite.

Altre misure di protezione

- » Lavare le mani regolarmente e accuratamente con acqua e sapone.
- » In caso di tosse o starnuti coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto di carta. Dopo l'uso gettare il fazzoletto nella pattumiera. Dopodiché lavare accuratamente le mani con acqua e sapone.
- » Mantenere una distanza d'almeno un metro con il proprio interlocutore.
- » Rinunciare alle strette di mano ed evitare gli abbracci e lo scambio di baci.
- » Portare una maschera d'igiene nelle situazioni raccomandate dalle autorità.
- » Evitare grandi assembramenti di persone.
- » Arieggiare spesso e a fondo i locali.

Per maggiori informazioni consultare le seguenti fonti:

www.pandemia.ch
www.bag.admin.ch/pandemie
www.who.org

Per maggiori informazioni consultare:

www.bag.admin.ch

Il sito ufficiale dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP).

www.bvet.admin.ch

Il sito ufficiale dell'Ufficio federale di veterinaria (UFV).

www.grippe.admin.ch

Il sito ufficiale dell'UFSP per i temi: influenza stagionale, influenza aviaria e pandemia influenzale. Le informazioni sono destinate principalmente a specialisti.

www.grippe.ch

Collaborazione di istituzioni che operano nel campo della sanità in Svizzera francese, di diversi gruppi professionali attivi nell'ambito della sanità pubblica e di istituti universitari. Questa pagina web contiene informazioni utili sull'influenza, sulla sua prevenzione e la cura. Il sito è destinato sia al grande pubblico che agli specialisti.

www.influenza.ch

Pagina web del Centro Nazionale Influenza in collaborazione con l'UFSP e i medici Sentinella. Sono disponibili numerose informazioni sui virus dell'influenza, sulla vaccinazione e la sorveglianza dell'influenza in Svizzera.

www.oie.int

Sito ufficiale dell'Organizzazione mondiale per la salute animale (OIE).

www.pandemia.ch

Sito internet dell'UFSP con molte informazioni utili sulla pandemia, le sue origini e il suo decorso, nonché sulle misure raccomandate di prevenzione e di protezione.



Per domande personali rivolgersi al proprio medico o al proprio farmacista, oppure chiamare la hotline dell'UFSP durante l'orario normale di lavoro: tel. ++41 (0)31 322 21 00 (consulenza gratuita, costi per chiamata in area interurbana svizzera).

Le più importanti misure igieniche

È possibile contribuire a proteggere da infezioni sé stessi e gli altri adottando misure di igiene semplici:



Lavare le mani regolarmente e accuratamente con acqua e sapone (soprattutto prima dei pasti).



Utilizzare possibilmente un fazzoletto per starnutire o tossire, oppure, se non se ne ha uno a disposizione, coprire naso e bocca con la mano o con il braccio. Dopodiché, alla prima occasione, lavare accuratamente le mani con acqua e sapone.



Dopo l'uso, gettare il fazzoletto nella pattumiera e lavarsi le mani.



Evitare il saluto con la stretta di mano e mantenere almeno un metro di distanza con il proprio interlocutore. Se si avvertono i seguenti sintomi rimanere a casa:

- » innalzamento improvviso della temperatura corporea al di sopra dei 38°C
- » brividi, mal di testa, dolori ai muscoli e alle articolazioni
- » raffreddore, tosse secca e mal di gola
- » vertigini, a volte anche disturbi respiratori
- » nei bambini possono manifestarsi anche dolori al ventre, diarrea o vomito



Durante il periodo pandemico le autorità raccomandano in determinate situazioni mettere la mascherina igienica (da chirurgo). I dettagli sulle modalità possono essere definiti soltanto dopo l'insorgere del virus della pandemia. Alla popolazione si consiglia di procurarsi in anticipo 50 delle suddette mascherine per costituire una scorta in caso di penuria.

Impressum

© Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP)

Ufficio federale della sanità pubblica

Data di pubblicazione: settembre 2008

La presente pubblicazione è edita anche in tedesco e francese.

Per ottenere ulteriori esemplari gratuiti di questo opuscolo rivolgersi a:

UFCL, Vendita di pubblicazioni federali, 3003 Berna

Fax: +41 (0) 31 325 50 58

E-mail: verkauf.zivil@bbl.admin.ch

Numero dell'opuscolo UFCL: 311.299.i

Numero di pubblicazione UFSP: 200'000 d 75'000 f 20'000 i
10EXT0805

Stampato su carta sbiancata senza cloro.