

Influenza pandemica

Risposte alle tue domande

Questa scheda informativa fornisce una risposta alle tue domande sull'influenza pandemica.

Che cos'è l'influenza pandemica?

L'influenza pandemica descrive la diffusione di un virus dell'influenza (flu) nella popolazione che normalmente non causa malattie negli esseri umani. Il virus è diverso da quello dell'influenza stagionale che normalmente colpisce gli esseri umani, e può provocare infezioni in molte persone perché quasi nessuno ne sarà immune.

Come si diffonde?

L'influenza pandemica è molto contagiosa e si diffonde da persona a persona attraverso secrezioni respiratorie in tre modi:

- attraverso la diffusione di goccioline da una persona ad un'altra (per esempio con la tosse o gli starnuti)
- toccando cose contaminate da secrezioni respiratorie e poi toccando la bocca, gli occhi o il naso
- attraverso la diffusione di particelle nell'aria in aree affollate in spazi chiusi.

In che modo posso proteggere me e gli altri dall'influenza?

Ci sono alcune semplici ma importanti misure di igiene personale che potete adottare per bloccare la diffusione dell'influenza:

- Lavarsi le mani è una delle misure più importanti per prevenire la diffusione dell'infezione. Lavarsi le mani, specialmente dopo essere stati a contatto con qualcuno che ha un'infezione respiratoria, particolarmente bambini. Nel caso di una pandemia, si consiglia di evitare di stringere mani. Tutti dovrebbero abituarsi a lavare le mani prima dei pasti dopo avere usato il bagno e dopo la tosse, dopo avere starnutito o soffiato il naso. I fazzoletti dovrebbero essere gettati tra i rifiuti immediatamente dopo l'uso.
- L'igiene in caso di tosse/starnuti è importante. Quando tossite o starnutite voltatevi lontano da altre persone e copritevi la bocca o il naso con fazzolettini. Gettate i fazzolettini e poi lavatevi le mani.
- Limitate il contatto con altre persone e cose. Non fate visita alle persone che hanno l'influenza a meno che non sia assolutamente necessario. Se un familiare ha l'influenza tenete i suoi oggetti personali, come gli asciugamani, separati dal resto della famiglia. Pulite le superfici, come i lavandini e i rubinetti del bagno, i lavandini e i tavoli della cucina, dopo che la persona malata li ha maneggiati.
- Ricordate di non condividere le posate, i cibi o le bevande. Dovreste anche cercare di tenervi ad un metro o più dalle persone malate.

Se fossi esposto all'influenza pandemica, quanto tempo ci vorrebbe prima di ammalarmi?

Il tempo dall'esposizione fino a non stare bene varia da uno a sette giorni, ma solitamente è da uno a tre giorni.

Se ho l'influenza, per quanto tempo sarò contagioso?

Il periodo di tempo in cui potete infettare altre persone è solitamente da un giorno prima (anche se è raro) dell'inizio della malattia e per circa sette giorni.

Nei bambini di 12 anni o più piccoli il periodo infettivo è più lungo – massimo 21 giorni dopo l'inizio della malattia.

Quali sono i sintomi?

I sintomi dell'influenza pandemica sono gli stessi della normale influenza e includono la febbre, il mal di testa, la stanchezza, la tosse secca, il mal di gola, il naso che cola o naso chiuso e i dolori muscolari.

L'influenza nei bambini solitamente causa almeno due o tre dei seguenti sintomi: attacco improvviso di febbre, dolori e acciacchi, forte stanchezza, mal di testa, tosse, mal di gola, naso chiuso o che cola, nausea, vomito, diarrea, respirazione rumorosa (laringite), e non mangiare o bere abbastanza.

Gran parte dei sintomi passa entro due-sette giorni, sebbene la tosse possa durare più a lungo.

L'influenza pandemica può uccidere le persone?

Sì, comunque esistono cure disponibili e metodi per prevenire il presentarsi di infezioni all'inizio. Il Victoria ha in vigore delle strategie per contenere la diffusione e l'impatto della pandemia nella popolazione.

Quali sono le complicazioni?

Alcune delle complicazioni causate dall'influenza includono un'infezione batterica al torace, la disidratazione ed il peggioramento delle condizioni mediche croniche, come le malattie cardiache, l'asma o il diabete. I bambini possono sviluppare problemi di sinusite e infezioni alle orecchie come complicazioni dell'influenza. Le persone dai 65 anni in su e di qualsiasi età che sono affette da disturbi medici cronici sono a rischio maggiore per gravi complicazioni dell'influenza.

Come si previene e si cura l'influenza pandemica?

La cura dell'influenza comprende il riposo, l'assunzione adeguata di liquidi e la nutrizione, e l'assunzione di medicine contro la febbre e i dolori, come l'aspirina (non nei bambini) ed il paracetamolo.

Gli antibiotici non sono efficaci contro i virus, quindi non hanno alcun effetto sull'influenza. Alcune persone possono avere bisogno di antibiotici perché hanno un'infezione secondaria, tipo un'infezione al petto come la polmonite pneumococcica, oltre all'influenza. Coloro che sono fortemente colpiti possono avere bisogno del ricovero in ospedale, di ossigenoterapia supplementare e di supporto respiratorio mediante la ventilazione artificiale.

Attualmente ci sono due medicinali antivirali che possono dare protezione a breve termine contro l'influenza (profilassi) o accorciare il decorso dell'infezione se somministrati all'inizio della malattia (trattamento). Questi sono l'oseltamivir (nome comune: Tamiflu) e lo zanamivir (nome comune: Relenza) ed entrambi devono essere prescritti da un medico.

L'efficacia degli antivirali nella cura dell'influenza pandemica non è chiara. Il piano di controllo del Victoria di questo tipo di influenza fornisce un uso limitato della gestione dei casi e dei contatti. Tuttavia, nel caso di una pandemia, questi medicinali possono scarseggiare. Il piano consente la fornitura di medicinali prima a coloro più a rischio.

Maggiori informazioni

Better Health Channel

www.betterhealth.vic.gov.au

Department of Health and Human Services:

www.health.vic.gov.au/pandemicinfluenza

Telefono: 1300 651 160

Autorizzato e pubblicato dal governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.

© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services giugno 2016.