



Influenza?

Come riconoscerla e come combatterla.

Questo documento contiene informazioni che derivano da un'analisi critica di studi clinici di recente pubblicazione compiuta da esperti nel settore, quali epidemiologi, infettivologi, pediatri, geriatrici, farmacologi.

La versione per i professionisti è la linea guida "La gestione della sindrome influenzale" del maggio 2008.

Entrambi i documenti fanno parte dell'attività del Sistema Nazionale Linee Guida e sono disponibili in formato elettronico al sito: www.snlg-iss.it

Il Sistema Nazionale Linee Guida elabora linee guida con l'obiettivo di migliorare la qualità dell'assistenza sanitaria.



INFLUENZA E SINDROME INFLUENZALE HANNO UN PUNTO IN COMUNE: LA GUARIGIONE SPONTANEA

Ho l'influenza?

Malessere generalizzato, brividi, debolezza, febbre superiore a 38°C, mal di testa, tosse, mal di gola e raffreddore: ogni adulto, in presenza di questi sintomi, chiama in causa l'influenza.

In realtà questi sintomi vanno ricondotti il più delle volte alla **sindrome influenzale**.

Influenza e sindrome influenzale sono due malattie diverse perché sono causate da diversi microrganismi. Virus, in entrambi i casi. Ma virus influenzali di tipo A o B nel caso dell'influenza e uno tra gli oltre duecento diversi tipi di virus (adenovirus, virus parainfluenzali, metapneumovirus, eccetera) nel caso della sindrome influenzale.

Oltre al modo in cui si manifestano, ci sono altre analogie tra influenza e sindrome influenzale?

I due tipi di malattia hanno un punto in comune fondamentale: la **guarigione spontanea**. Questo vuol dire che nella stragrande maggioranza dei casi i disturbi passano da soli, senza lasciare strascichi, in alcuni giorni, il tempo necessario all'organismo per debellare l'attacco dei virus.

Se la guarigione è spontanea, che ruolo hanno i farmaci cosiddetti antinfluenzali?

Questi farmaci non servono a curare l'influenza né la sindrome influenzale, servono solo a ridurre intensità e durata dei sintomi più fastidiosi.

Quali farmaci è preferibile usare?

Innanzitutto bisogna distinguere l'adulto dal bambino.

Nell'adulto contro la febbre e contro il dolore si consiglia di usare i farmaci a base dei principi attivi **paracetamolo, ibuprofene e diclofenac**. Sono tutti farmaci efficaci; in più, essendo in commercio da molti anni, sono stati sperimentati da milioni di persone e i loro possibili

effetti collaterali sono ben conosciuti. Prima di prenderli però è bene consultare il **proprio medico di famiglia**, per vedere se si rientra in qualche caso particolare. Infatti se si hanno problemi di cuore il medico potrà suggerire il naprossene. Se invece si fa già uso di acido acetilsalicilico a basse dosi (la cosiddetta aspirinetta) il medico potrà consigliare di aumentarne la dose.

E se è un bambino ad avere la febbre?

In questo caso è bene sentire il pediatra per telefono. Bisogna essere pronti a **descrivere i sintomi**

GLI ANTIBIOTICI NON HANNO ALCUN EFFETTO SUI VIRUS

riservato a situazioni particolari (soggetti anziani, non vaccinati, che vivono in comunità). Inoltre questo tipo di antivirali sono inutili se l'infezione è causata da uno dei duecento altri tipi di virus responsabili della sindrome influenzale.

E' possibile sapere con certezza qual è l'agente virale responsabile dei sintomi influenzali?

Sì, anche se il più delle volte non ce n'è motivo. Per sapere se l'infezione è causata dal virus influenzale o da un altro tipo di virus bisogna fare una coltura virale, un metodo laborioso che richiede 3 giorni di tempo. Si

SE È UN BAMBINO AD AVERE LA FEBBRE

- Usare la formulazione per bocca del paracetamolo e ibuprofene (sciroppo, gocce) perché consente un più preciso dosaggio del farmaco in base al peso del bambino. Se il bambino vomita o sputa il farmaco, usare le supposte.
- Controllare sempre che l'antipiretico acquistato corrisponda a quello consigliato dal pediatra.
- Leggere le istruzioni contenute nel foglietto illustrativo.
- Non dare al bambino l'ibuprofene e il paracetamolo contemporaneamente.
- Non dare mai aspirina.



(durata e intensità della febbre, comportamento generale del bambino, gola arrossata, possibile male alle orecchie, eccetera). Raccolte le informazioni il pediatra stabilirà se è opportuno visitare il bambino. Se avrà attribuito la febbre all'influenza o alla sindrome influenzale potrà proporre un farmaco contro la febbre, specificando quanto darne e ogni quante ore.

Quali sono i farmaci più indicati nei bambini?

Il **paracetamolo** e l'**ibuprofene** nelle formulazioni che consentono il dosaggio del farmaco in base al peso del bambino.

E' sconsigliato invece l'acido acetilsalicilico perché nei piccoli è associato all'insorgenza della sindrome di Reye*, una malattia rara ma grave, che può danneggiare fegato e cervello.

Ho sentito parlare di un nuovo tipo di farmaci, antivirali, specifici contro l'influenza.

Ci sono i nuovi farmaci diretti contro i virus influenzali di tipo A e B. Se ne è parlato quando era alta la paura dell'influenza aviaria (principi attivi: oseltamivir e zanamivir; nomi commerciali: Tamiflu e Relenza). Gli studi clinici hanno dimostrato una **scarsa efficacia**: riducono di un giorno e mezzo le giornate di febbre nell'adulto e di un giorno nel bambino, solo se assunti all'esordio dei sintomi. Quindi nel caso di normale influenza se ne sconsiglia l'uso, che può essere

trovano in commercio anche test più rapidi, ma non sono ancora del tutto affidabili.

Servono gli antibiotici?

Gli antibiotici sono farmaci che agiscono in modo specifico contro i batteri, mentre non hanno alcun effetto sui virus.

Dato che l'influenza e la sindrome influenzale sono di natura virale, non serve curarsi con antibiotici, a meno che il medico dopo averci visitato non riscontri la presenza di complicanze batteriche.

Dare un antibiotico se non è necessario è solo inutile?

No, **può essere anche dannoso**. Questo vale per tutti i farmaci, perché ci si espone a inutili rischi di effetti collaterali, come nausea e diarrea. Ma vale in particolare nel caso degli antibiotici, perché si contribuisce allo sviluppo del fenomeno della **resistenza**, che ne annulla l'efficacia.

È utile ricorrere a terapie non convenzionali?

Studi clinici non mostrano una efficacia di farmaci non convenzionali quali l'Oscillococtinum e le erbe cinesi sia nel ridurre le giornate di febbre sia nel mitigare i sintomi.

Quando è necessario il ricovero?

La decisione di ricoverare o meno un paziente spetta al medico curante. Alcune categorie di malati possono ricevere cure più adeguate all'interno dell'ospedale, ma nella maggior parte dei casi la sindrome influenzale può essere curata a casa.

VIRUS E BATTERI: PICCOLISSIMI MA DIVERSISSIMI

I batteri sono microbi che hanno la capacità di colonizzare il nostro corpo.

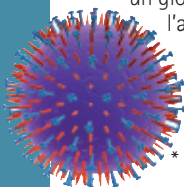
Possono essere batteri "buoni" e batteri "cattivi". Per fare qualche esempio tra i batteri buoni ci sono quelli che si riproducono nel tratto intestinale e producono vitamine del gruppo B.

Tra i batteri cattivi quelli responsabili di infezioni quali le faringotonsilliti di natura streptococcica e le polmoniti.

I virus sono anche più piccoli dei batteri. Anche i virus sono capaci di colonizzare il nostro corpo e provocare infezioni quali influenza, sindrome influenzale e varicella.

I batteri sono uccisi dagli antibiotici. I virus invece no.

Ricorda che: Gli antibiotici non hanno alcun potere sui virus



* La sindrome di Reye è una malattia pediatrica grave che si manifesta con nausea, vomito incontrollabile e sintomi neurologici come perdita della memoria, disorientamento e torpore; inoltre è caratterizzata da disturbi epatici talmente gravi da portare ad uno stato di coma fino alla morte.