

5 minuti per essere informati

Lo sai...

...che cos'è l'influenza stagionale?

Si tratta di una malattia infettiva acuta che attacca principalmente le vie respiratorie. I principali responsabili sono i virus influenzali di tipo A e B, presenti soprattutto in inverno.

..quali sono i suoi sintomi?

- temperatura corporea che sale improvvisamente al di sopra dei 38°C
- brividi, mal di testa, dolori ai muscoli e alle articolazioni
- raffreddore, tosse secca e mal di gola
- vertigini, e a volte anche disturbi respiratori
- nei bambini: anche dolori al ventre, diarrea o vomito.

...come si trasmette?

La propagazione di questi virus avviene attraverso delle goccioline, ad esempio quando una persona ammalata starnutisce o tossisce. Si può anche trasmettere semplicemente toccando una superficie infetta.



...come si previene?

- Vaccinandosi: i vaccini disponibili per la stagione 2018/2019 sono stati adeguati ai virus attualmente in circolazione e contengono diversi ceppi di virus
- Lavandosi accuratamente e frequentemente le mani con acqua e sapone
- Starnutendo o tossendo con la mano o un fazzoletto davanti alla bocca
- Utilizzando, se possibile, fazzoletti di carta e gettandoli nel cestino dopo l'uso
- Evitando il contatto con altre persone quando si avvertono i primi sintomi
- Con un'alimentazione equilibrata e sufficiente attività fisica in modo da aumentare le difese immunitarie (**ma non sostituiscono il vaccino o le misure di igiene!**)

...come si cura?

Essendo un virus la causa dell'influenza, gli antibiotici non hanno effetti sull'infezione in corso. I farmaci antivirali possono talvolta servire.

...chi dovrebbe vaccinarsi?

Innanzitutto, tutte le persone con un desiderio di ridurre il rischio di un'influenza sia in ambito privato, sia in quello professionale. Inoltre, secondo le raccomandazioni dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), **la vaccinazione contro l'influenza stagionale è raccomandata a:**



A) Persone con un rischio elevato di complicazioni gravi in caso d'infezione:

- **persone di 65 anni e più**
- **persone (a partire dai 6 mesi d'età) con malattie croniche:** malattie cardiache e polmonari, disfunzioni metaboliche con ripercussioni sulla funzione cardiaca, polmonare o renale, malattie neurologiche o muscolo-scheletriche con riduzione della funzionalità cardiaca, polmonare o renale, epatopatia, insufficienza renale, asplenia o disfunzioni della milza, immunodeficienza
- **donne incinte e donne fino a quattro settimane dopo il parto**
- **prematuri** (prima della settimana 33 o con un peso alla nascita inferiore a 1500 gr.) a partire dai 6 mesi di età e per i primi due inverni dopo la nascita
- **pazienti ospiti di case di cura** o presso istituti per malati cronici.

NB: per queste persone **il costo della vaccinazione è preso a carico dell'assicurazione malattia obbligatoria**, a condizione che sia già stata raggiunta la franchigia



B) Persone regolarmente a contatto, in famiglia o nell'ambito lavorativo, con:

- **persone della categoria A** (vedi sopra)
- **lattanti** sotto i 6 mesi di d'età (presentano un elevato rischio di complicazioni e non possono essere vaccinati).

La vaccinazione è raccomandata in particolare a tutto il personale medico e infermieristico, a tutti coloro che lavorano nel settore paramedico, al personale degli asili, nonché al personale delle case di riposo e di cura.

...chi non dovrebbe vaccinarsi o dovrebbe comunque consultare un medico?

I casi particolari comprendono:

- persone allergiche alle proteine dell'uovo o ad altre componenti del vaccino
- bambini al di **sotto dei 6 mesi di vita**
- persone con l'influenza o comunque con febbre al momento della vaccinazione.

...se il vaccino ha degli effetti collaterali?

Secondo l'Ufficio federale della sanità pubblica, il vaccino può provocare una reazione locale per 2 giorni, caratterizzata da dolori e arrossamento localizzati nel punto di iniezione. Esso può inoltre provocare febbre, cefalee o dolori muscolari. Se tali sintomi tendono a persistere o ad aggravarsi è consigliata la consultazione di un medico. Inoltre, si possono verificare reazioni più gravi ma sono molto rare.

...chi si fa carico dei costi?

- **persone con un rischio elevato di complicazioni:** la vaccinazione è a carico dell'assicurazione malattia obbligatoria
- **persone che non rientrano nella categoria a rischio:** generalmente è la persona che si assume i costi della vaccinazione
- **Per i dipendenti dello stato: vaccinazione gratuita (vedi comunicato Intranet)**

...e ora pensaci!

ulteriori informazioni: <http://www.vaccinarsicontrolinfluenza.ch/it/> oppure www.ti.ch/med