

Cos'è l'influenza?

L'influenza è una malattia provocata da virus (virus influenzali) che infettano le vie aeree (naso, gola, polmoni). È molto contagiosa, perché si trasmette facilmente attraverso goccioline di muco e di saliva, anche semplicemente parlando vicino a un'altra persona.

Spesso vengono impropriamente etichettate come "influenza" diverse affezioni delle prime vie respiratorie, sia di natura batterica che virale, che possono presentarsi con sintomi molto simili.

Nello stesso periodo dell'anno in cui la circolazione dei virus influenzali è massima (in Italia solitamente da dicembre a marzo) possono contemporaneamente circolare molti altri virus che provocano affezioni del tutto indistinguibili, dal punto di vista clinico, dall'influenza (Adenovirus, Rhinovirus, virus sinciziale respiratorio etc.).

La vaccinazione costituisce la principale misura di prevenzione.

Quali sono i sintomi dell'influenza?

I sintomi dell'influenza sono comuni a molte altre malattie: febbre (generalmente accompagnata da brividi), mal di testa, malessere generale, mancanza di appetito, dolori muscolari e osteoarticolari, sintomi respiratori (tosse, mal di gola, congestione nasale), congiuntivite. Soprattutto nei bambini si possono manifestare anche sintomi a carico dell'apparato gastro-intestinale (nausea, vomito, diarrea).

Come si trasmette?

L'influenza si trasmette per via aerea, attraverso le goccioline di saliva emesse con la tosse, lo starnuto o anche semplicemente parlando. Il periodo di contagiosità comincia un po' prima che si manifestino i primi sintomi (malessere etc.) e si prolunga per 3-5 giorni; solitamente il periodo di contagiosità è un po' più lungo nei bambini che negli adulti. Il virus dell'influenza, che resiste molto bene nell'ambiente esterno in situazioni di bassa temperatura e umidità, si diffonde facilmente negli ambienti affollati.

Quali sono le complicanze dell'influenza?

Le complicanze dell'influenza vanno dalle polmoniti batteriche, alla disidratazione, al peggioramento di malattie preesistenti (ad esempio malattie croniche dell'apparato cardiovascolare o respiratorio), alle sinusiti e alle otiti (queste ultime soprattutto nei bambini).

Come si previene l'influenza?

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,

- Coprire naso e bocca con un fazzoletto (possibilmente di carta) quando si tossisce e starnutisce e gettare immediatamente il fazzoletto usato nella spazzatura o nella biancheria da lavare.
- Lavare spesso le mani con acqua e sapone, e in particolare dopo avere tossito e starnutito, o dopo avere frequentato luoghi e mezzi di trasporto pubblici; se acqua e sapone non sono disponibili, possibile usare in alternativa soluzioni detergenti a base di alcol.
- Evitare di toccare occhi, naso e bocca con le mani non lavate; i germi, e non soltanto quelli dell'influenza, si diffondono in questo modo. Anche fumando aumenta rischio.
- Rimanere a casa se malati, evitando di intraprendere viaggi e di recarvi al lavoro o a scuola, in modo da limitare contatti possibilmente infettanti con altre persone, nonché ridurre il rischio di complicazioni e infezioni concomitanti (superinfezioni) da parte di altri batteri o virus.

Come si cura l'influenza?

In caso di sintomatologia influenzale è opportuno rivolgersi al proprio medico curante.

Nei confronti dell'influenza può essere messa in atto una terapia sintomatica, con farmaci antipiretici (che abbassano la febbre), analgesici (che agiscono sul senso di malessere, sulla cefalea e sui dolori articolari e muscolari) e antinfiammatori.

Il trattamento sintomatico e il riposo (per 24-48 ore dopo la scomparsa della febbre) sono sufficienti nella maggior parte dei casi di influenza non complicata; in presenza di complicanze (polmonari o

di altro tipo) va naturalmente prescritta e somministrata una terapia specifica sotto controllo medico.

Quando si devono usare gli antibiotici?

Gli antibiotici sono attivi solo contro le infezioni batteriche e perciò, nell'influenza (di origine virale) non hanno alcun effetto. Costituiscono un presidio importante solo in caso di complicanze batteriche. È importante evitarne l'uso indiscriminato e l'indicazione al loro uso va riservata al medico.

I farmaci antivirali possono prevenire l'influenza?

I farmaci antivirali servono per ridurre la durata e la gravità dei sintomi dell'influenza. Come tutti i farmaci, hanno delle controindicazioni d'uso e possono provocare effetti indesiderati: vanno quindi assunti sempre e solo su consiglio medico.

Il loro uso non va mai considerato una alternativa alla vaccinazione antinfluenzale.

Come ci si può proteggere dall'influenza?

La vaccinazione antinfluenzale rappresenta il mezzo più efficace e sicuro per prevenire la malattia e le sue complicanze. La composizione dei vaccini antinfluenzali può variare di anno in anno, a seconda delle caratteristiche dei ceppi di virus influenzali circolanti.

Per chi è necessaria la vaccinazione antinfluenzale?

Il vaccino antinfluenzale è indicato per tutti i soggetti che desiderano evitare la malattia influenzale e che non abbiano specifiche controindicazioni.

Nel nostro Paese la vaccinazione viene offerta attivamente e gratuitamente ai soggetti che per le loro condizioni personali corrono un maggior rischio di andare incontro a complicanze in di malattia. Sulla base della Circolare del Ministero della Salute "Prevenzione e controllo dell'influenza: raccomandazioni per la stagione 2013-2014", la vaccinazione antinfluenzale è raccomandata per:

- Soggetti di età pari o superiore a 65 anni
- Bambini di età superiore ai 6 mesi, ragazzi e adulti fino a 65 anni affetti da patologie che aumentano il rischio di complicanze da influenza:
 - o malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (inclusa l'asma persistente, la displasia broncopolmonare e la fibrosi cistica e la broncopatia cronico-ostruttiva-BPCO)
 - o malattie dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite e acquisite
 - o diabete mellito e altre malattie metaboliche
 - o insufficienza renale cronica
 - o malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie
 - o tumori
 - o malattie congenite o acquisite che comportino carenza di produzione di anticorpi, immunosoppressione indotta da farmaci da HIV
 - o malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale
 - o patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici
 - o patologie associate ad aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie (ad es. malattie neuromuscolari)
 - o epatopatie croniche
- Bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di Sindrome di Reye in caso di infezione influenzale
- Donne che all'inizio della stagione epidemica si trovano nel secondo e nel terzo trimestre di gravidanza
- Individui di qualunque età ricoverati presso strutture per lungodegenti
- Medici e personale sanitario di assistenza
- Familiari e contatti di soggetti ad alto rischio
- Soggetti addetti a servizi pubblici di primario interesse collettivo e categorie di lavoratori
- Forze di polizia
- Vigili del fuoco

- Altre categorie socialmente utili potrebbero avvantaggiarsi della vaccinazione, per motivi vincolati allo svolgimento della loro attività lavorativa; a tale riguardo, è facoltà delle Regioni/PP.AA. definire i principi e le modalità dell'offerta a tali categorie.

Infine, è pratica internazionalmente diffusa l'offerta attiva e gratuita della vaccinazione antinfluenzale da parte dei datori di lavoro ai lavoratori particolarmente esposti per attività svolta e al fine di contenere ricadute negative sulla produttività.

- Personale che, per motivi di lavoro, è a contatto con animali che potrebbero costituire fonte di infezione da virus influenzali non umani:
 - o allevatori
 - o addetti all'attività di allevamento
 - o addetti al trasporto di animali vivi
 - o macellatori e vaccinatori
 - o veterinari pubblici e libero-professionisti

Per chi è sconsigliata la vaccinazione?

Il vaccino antinfluenzale non deve essere somministrato a:

- Lattanti al di sotto dei sei mesi (per mancanza di studi clinici controllati che dimostrino l'innocuità del vaccino in tali fasce d'età)
- Soggetti che abbiano manifestato una reazione allergica grave (anafilassi) dopo la somministrazione di una precedente dose o una reazione allergica grave (anafilassi) a un componente del vaccino (da "Guida alle controindicazioni alle vaccinazioni" NIV-ISS-Ministero della Salute)
- Una malattia acuta di media o grave entità, con o senza febbre, costituisce una controindicazione temporanea alla vaccinazione, che va rimandata a guarigione avvenuta

Un'anamnesi positiva per sindrome di Guillain-Barrè insorta entro 6 settimane dalla somministrazione di una precedente dose di vaccino antinfluenzale costituisce controindicazione alla vaccinazione. Una sindrome di Guillain Barré non correlata a vaccinazione antinfluenzale e insorta da più di un anno è motivo di precauzione; sebbene i dati disponibili siano limitati, i vantaggi della vaccinazione antinfluenzale giustificano la somministrazione del vaccino annuale nei soggetti ad alto rischio di complicanze gravi dalla malattia (Da "Guida alle controindicazioni alle vaccinazioni" NIV-ISS-Ministero della Salute).

Non vi è controindicazione a vaccinare le persone asintomatiche a epidemia già iniziata.

False controindicazioni

- Allergia alle proteine dell'uovo, con manifestazioni non anafilattiche
- Malattie acute di lieve entità
- Allattamento
- Infezione da HIV e altre immunodeficienze congenite o acquisite. La condizione di immunodepressione non costituisce una controindicazione alla somministrazione della vaccinazione antinfluenzale. La somministrazione del vaccino potrebbe non evocare una adeguata risposta immune. Una seconda dose di vaccino non migliora la risposta anticorpale in modo sostanziale.

Quali sono gli effetti collaterali della vaccinazione?

Gli effetti collaterali comuni dopo somministrazione di vaccino antinfluenzale consistono in reazioni locali, quali dolore, eritema, gonfiore nel sito di iniezione.

Le reazioni sistemiche comuni includono malessere generale, febbre, mialgie, con esordio da 6 a 12 ore dalla somministrazione della vaccinazione e della durata di 1 o 2 giorni.

Sono stati riferiti, in correlazione temporale con la vaccinazione antinfluenzale, eventi rari quali trombocitopenia, nevralgie, parestesie, disordini neurologici e reazioni allergiche gravi. La correlazione causale tra la somministrazione di vaccino antinfluenzale e tali eventi avversi non è stata dimostrata. In particolare, non è stata dimostrata l'associazione tra vaccinazione e sindrome di Guillain Barré, mentre allo stato attuale ci sono evidenze di una correlazione tra sindrome di Guillain Barré e diverse malattie infettive, inclusa l'influenza.

Bisogna vaccinare tutti i bambini contro l'influenza?

L'inserimento dei bambini sani di età compresa tra 6 mesi e 24 mesi (o fino a 5 anni) nelle categorie da immunizzare prioritariamente contro l'influenza stagionale è un argomento attualmente oggetto di discussione da parte della comunità scientifica internazionale, soprattutto a causa della mancanza di studi clinici controllati di efficacia.

Quali bambini bisogna vaccinare?

Bambini di età superiore ai 6 mesi, ragazzi e adulti fino a 65 anni di età affetti da patologie che aumentano il rischio di complicanze da influenza:

- malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (inclusa l'asma grave, la displasia broncopulmonare, la fibrosi cistica e la broncopatia cronico ostruttiva-BPCO)
- malattie dell'apparato cardio-circolatorio, comprese le cardiopatie congenite e acquisite
- diabete mellito e altre malattie metaboliche (inclusi gli obesi con BMI >30 e gravi patologie concomitanti)
- insufficienza renale cronica
- malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie
- tumori
- malattie congenite o acquisite che comportino carenza di produzione di anticorpi,
- immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV
- malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale
- patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici
- patologie associate a un aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie (ad es. malattie neuromuscolari)
- epatopatie croniche
- Bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di Sindrome di Reye in caso di infezione influenzale
- Individui di qualunque età ricoverati presso strutture per lungodegenti

Per questi bambini la vaccinazione non solo è utile come mezzo di prevenzione collettiva ma è necessaria ai fini di protezione individuale in quanto, qualora questi bambini si dovessero ammalare, potrebbero più facilmente andare incontro a complicanze.

Quando vaccinarsi?

Il periodo destinato alla conduzione delle campagne di vaccinazione antinfluenzale è, per la nostra situazione climatica e per l'andamento temporale mostrato dalle epidemie influenzali in Italia, quello autunnale, a partire dalla metà di ottobre fino a fine dicembre.

Occorre sottolineare che la protezione indotta dal vaccino comincia due settimane dopo l'inoculazione e perdura per un periodo di sei-otto mesi, poi tende a declinare. Per tale motivo, e perché possono cambiare i ceppi in circolazione, è necessario sottoporsi a vaccinazione antinfluenzale all'inizio di ogni nuova stagione influenzale.

Come si fa la vaccinazione?

Il vaccino antinfluenzale, con l'eccezione del trivalente intradermico, va somministrato per via intramuscolare ed è raccomandata l'inoculazione nel muscolo deltoide per tutti i soggetti di età superiore a 2 anni; nei bambini fino ai 2 anni e nei lattanti la sede raccomandata è la faccia anterolaterale della coscia.

A chi rivolgersi per effettuare la vaccinazione?

Oltre che presso le Aziende Sanitarie Locali (ASL) la vaccinazione viene effettuata, nell'ambulatorio del proprio Medico di base e del Pediatra di scelta. È opportuno informarsi presso la propria ASL per ottenere informazioni precise.

La vaccinazione è gratuita?

La vaccinazione è offerta gratuitamente alle seguenti categorie a rischio, individuate nella Circolare emanata annualmente dal Ministero della Salute:

- Soggetti di età pari o superiore a 65 anni

- Bambini di età superiore ai 6 mesi, ragazzi e adulti affetti da:
 - o malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (inclusa l'asma persistente, la displasia broncopolmonare e la fibrosi cistica)
 - o malattie dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite e acquisite
 - o diabete mellito ed altre malattie metaboliche
 - o malattie renali con insufficienza renale
 - o malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie
 - o tumori
 - o malattie congenite o acquisite che comportino carente produzione di anticorpi, immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV
 - o malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale
 - o patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici
 - o patologie associate ad un aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie (ad es. malattie neuromuscolari)
- Bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di Sindrome di Reye in caso di infezione influenzale
- Donne che all'inizio della stagione epidemica si trovano nel secondo e nel terzo trimestre di gravidanza - Individui di qualunque età ricoverati presso strutture per lungodegenti
- Medici e personale sanitario di assistenza
- Familiari e contatti di soggetti ad alto rischio
- Soggetti addetti a servizi pubblici di primario interesse collettivo e categorie di lavoratori

È facoltà delle Regioni/PP.AA. definire i principi e le modalità dell'offerta a determinate categorie:

- Personale che, per motivi occupazionali, è a contatto con animali che potrebbero costituire fonte di infezione da virus influenzali non umani:
 - o allevatori
 - o addetti all'attività di allevamento
 - o addetti al trasporto di animali vivi
 - o macellatori e vaccinatori;
 - o veterinari pubblici e libero-professionisti

Si può allattare con l'influenza?

Il virus influenzale è diffuso in tutto l'organismo e quindi anche nel latte, dove peraltro sono presenti anche gli anticorpi. La trasmissione dell'infezione, però, avviene soprattutto per via "aerea", quindi, per evitare di contagiare il bambino è consigliabile allattare mettendo, per esempio, una mascherina sulla bocca.

Si può allattare dopo essere stati vaccinati contro l'influenza?

La vaccinazione antinfluenzale non è controindicata nelle donne che allattano e l'allattamento non interferisce sfavorevolmente sulla risposta immunitaria

È sicuro il vaccino antinfluenzale in gravidanza?

La Circolare del Ministero della Salute, emanata annualmente e dedicata alla prevenzione ed al controllo dell'influenza raccomanda la vaccinazione antinfluenzale alle donne che si trovano nel secondo e terzo trimestre di gravidanza.

I vaccini antinfluenzali sono a base di virus uccisi o di subunità e non comportano quindi, in nessuna fase della gravidanza, i rischi connessi all'impiego di vaccini a base di virus viventi attenuati.

Tuttavia nel primo trimestre di gravidanza, in assenza di condizioni mediche predisponenti che rendano imperativa la vaccinazione antinfluenzale, questa deve essere subordinata ad una attenta valutazione del rapporto rischio beneficio da parte del medico curante.

Ulteriori informazioni possono essere reperite sul sito del Ministero della Salute, alla pagina:

http://www.salute.gov.it/portale/p5_1_1.jsp?lingua=italiano&id=103