

Ipcondriaco, ragionevole o distratto
tre profili per un paziente **ALL'INTERNO**

In Italia ne soffrono in tre milioni
Ecco come scoprirlo **ALL'INTERNO**

Il ballerino, star di Amici racconta
il suo approccio ai farmaci **ALL'INTERNO**

Boom di disturbi di stagione
per uno su quattro **ALL'INTERNO**

BENESSERE & SALUTE

GIOVEDÌ 3 NOVEMBRE 2011

a cura di STEFANO TAMBURINI

IL PUNTO

Il mese dei malanni e la corsa ai rimedi sicuri

Novembre, stagione di vaccini e di primi pensieri per i malanni d'inverno. Presto arriverà il momento in cui gli ambulatori dei medici di base e le farmacie registreranno le code più consistenti. Primi ammalati veri, certo. Ma in qualche caso ci sarà anche chi scambierà un virus gastrointestinale per una vera e propria influenza, tentando di curarla – magari e purtroppo – con il “fai da te” sulla base dei consigli generici del farmacista.

Ma in questo crocevia di chi cerca stravaganti rimedi, è anche l'ora delle vaccinazioni di stagione. Gli specialisti che intervistiamo in questo inserto raccomandano ai soggetti più a rischio di non rinunciare all'appuntamento e ricordano i benefici che sono arrivati proprio da questi medicinali che rendono immuni da una o più malattie e danno più forza agli anticorpi. Tetano e malaria, ad esempio, prima dei vaccini facevano paura anche alle nostre latitudini e adesso sono praticamente scomparsi.

C'è però il rovescio della medaglia, rappresentato dal ricorso eccessivo e qualche volta inutile al vaccino. Molti ricorderanno gli approvvigionamenti dell'autunno-inverno 2009-2010 per debellare quella che veniva annunciata come un'influenza da libri di storia. Previsioni terrificanti, rivelatesi infondate, come del resto in molte altre occasioni (ricordate l'Aviaria?). Ebbene, nei magazzini del ministero della Salute sono rimasti inutilizzati 48 milioni di dosi di vaccini, 330 milioni di euro gettati dalla finestra. Stavolta, per fortuna, tutto questo potremo risparmiarcelo. L'influenza sarà nella norma: qualche giorno a letto, i medicinali giusti e poi tutto come prima. Senza danni e senza sprechi. (s.t.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'influenza? Quest'anno sarà molto più lieve ma è meglio vaccinarsi

Il dottor Fausto Baldanti: «E non confondiamola con altri virus con sintomi simili ma che sono diversi»

di Maria Grazia Piccaluga

L'influenza arriverà durante le vacanze di Natale. Ma chi vuole vaccinarsi deve farlo ora. Nell'emisfero australe dove l'epidemia è appena passata senza lasciare grandi strascichi, sono circolati tre ceppi. L'H1N1 – che l'anno scorso ha spadroneggiato e intorno al quale un eccesso di allarme ha provocato un'enorme scia di psicosi e uno spreco di vaccini inutilizzati – tornerà anche quest'anno ma è probabile che si presenti in compagnia dei ceppi AH3 e B. E sembra far meno paura.

Guai a sottovalutare

«Quest'inverno si dovrebbe tornare a una situazione di pre-pandemia, di normalità epidemiologica – dice Fausto Baldanti, responsabile del laboratorio di Virologia della fondazione San Matteo di Pavia, uno dei centri di riferimento epidemiologico del ministero della Salute – ma l'influenza non va mai sottovalutata. Il vaccino è consigliabile soprattutto per quelle persone con patologie croniche e per gli anziani. Anche se il virus lo scorso anno si è comportato in modo strano: in ospedale, nei reparti di rianimazione, sono finiti adulti di età compresa tra 40 e 60 anni,



molti dei quali sani. Una categoria non considerata a rischio fino a quel momento».

Un risultato che deve far riflettere virologi e immunologi impegnati nelle strategie di prevenzione. Lo rivela un'indagine condotta per la prima volta dai laboratori di Virologia di Milano e Pavia su un

campione di alcune migliaia di pazienti. Indagine che non ha precedenti nella letteratura scientifica. I risultati sono già in fase di pubblicazione. «Abbiamo analizzato i ceppi presenti nei pazienti gravi curati l'anno scorso sull'intero territorio lombardo che ha un bacino di circa 4 milioni di abitanti

– spiega Baldanti. – Sui nostri laboratori la Regione Lombardia ha inoltre convogliato anche i campioni di 23 rianimazioni, che hanno effettuato in tutto una cinquantina di ricoveri. E abbiamo rilevato che il ceppo H1N1 si era già suddiviso in quattro sottogruppi. Si stava cioè già differenziando

in varianti. E in alcune di queste abbiamo trovato delle mutazioni».

Lo scorso anno andò così

Ma dall'indagine è emerso anche un altro aspetto importante: «Si pensava – dice Baldanti – che la gravità dei malati finiti in rianimazione fosse legata alle loro pregresse condizioni di salute, a patologie preesistenti, a compromissioni del sistema immunitario dopo un tumore. Invece no. O meglio, non solo. La gravità era riconducibile al virus stesso, a questi ceppi più aggressivi con mutazioni specifiche: il virus è andato sempre direttamente verso un bersaglio preciso, il polmone».

L'indagine molecolare condotta sui prelievi dalle prime vie aeree, con tampone nasofaringeo, non aveva permesso di rivelare questi aspetti. Ma l'indagine molecolare più profonda condotta dai ricercatori pavesi e milanesi ha trovato il bandolo della matassa. «Ancora non sappiamo se questa è una peculiarità solo dell'H1N1 o in generale dell'influenza – dice il virologo. – Ma è senza dubbio una potenzialità da tenere sotto controllo».

Virus simili ma non uguali

Intanto circolano ormai da giorni rinovirus e adenovirus – forme simili ma non collegabili alla classica influenza – che stanno causando anche complicazioni gastrointestinali. Le regole per la prevenzione del contagio, oltre al vaccino, rimangono quelle di una corretta igiene personale. Lavarsi spesso le mani, in particolare prima di andare a tavola.

Non frequentare luoghi affollati durante il picco dell'influenza, adottare uno stile di vita sano: una corretta alimentazione completa di frutta e verdura e un'attività fisica costante (una passeggiata ad andatura sostenuta di almeno mezz'ora, una pedalata in bicicletta, le scale al posto dell'ascensore). Infine non utilizzare antibiotici, ma solo antipiretici da abbinare a qualche giorno di sano riposo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA