

LAVAGNA ♦ Week end caratterizzato dal virus

Virus influenzale Subissato il 118 Medici-sentinella: «Cresce l'allarme»

Bimbi e anziani con febbre alta

Influenza, ancora un picco. Il secondo dalla metà di dicembre ad oggi. Ma non è ancora scattata la psicosi. «Il peggio - secondo gli esperti - deve ancora arrivare». Ieri il centralino della Centrale operativa del 118 del "Tigullio soccorso" era incandescente. «Decine e decine le chiamate, iniziate già sabato sera e proseguite nella giornata di oggi (ieri per chi legge, ndr)» come confermato dagli operatori sanitari. Le richieste di visite alla guardia medica sono aumentate in maniera esponenziale domenica pomeriggio. Ad essere bersaglio dei sintomi influenzali al momento - neanche a dirlo - anziani e bambini. E come quindici giorni fa circa - quando c'è stato il primo picco dell'inverno di questa ultima influenza - anche nell'ultimo week end i sintomi erano: mal di gola, febbre sopra ai 38 gradi, vomito e problemi intestinali. Alcuni dei quali, però, da tenere accuratamente sotto controllo. Secondo i dati rilevati dall'Istituto Superiore della Sanità, la Liguria è al sesto posto della classifica italiana (dietro a Lombardia, Campania, Piemonte, Lazio ed Emilia Romagna). I soggetti maggiormente colpiti dal virus sono quelli della fascia di età compresa tra i 15 e i 64 anni, seguiti da quelli tra i 5 e i 14 anni compresi quelli tra zero e quattro anni.

Tornando alla situazione nel Tigullio moltissime sono state le chiamate al 118, fortunatamente, senza casi gravi. E per gli addetti ai lavori la vera e propria pandemia arriverà fra diverse settimane.

«Si sono già presentati casi di complicanze, in particolare problemi respiratori - conferma Giorgio Zoppi, responsabile della struttura complessa Igiene e Sanità e della struttura semplice Profilassi delle Malattie Infettive della Asl 4 chiavarese -. Si tratta di un'epidemia simile a quella degli anni precedenti, che comportò problematiche non solo per i soggetti a rischio, ma anche per giovani senza patologie croniche. Anche quest'anno, soprattutto se pensiamo ai casi già manifestatisi in altre nazioni europee possiamo aspettarci casi gravi e perfino alcuni decessi».

«Rispetto al 2009, in cui

FOCUS



L'ESPERTO

«Si tratta di un'epidemia simile a quella degli anni scorsi, che comportò problematiche non solo per i soggetti a rischio, ma anche per giovani senza patologie croniche. Anche quest'anno possiamo aspettarci casi gravi, perfino decessi»: lo ha detto Giorgio Zoppi, responsabile della struttura complessa Igiene e Sanità e della Profilassi delle Malattie Infettive della Asl 4

vaccinammo 32500 persone, ad oggi, sui 32mila vaccini in nostra dotazione, ne restano disponibili circa un migliaio - continua Zoppi - credo che questa tendenza dipenda soprattutto da una mancata chiarezza delle informazioni. Il vaccino di quest'anno è trivalente, ma molti non lo sanno e in particolare pensano che non contenga il ceppo dell'influenza AH1N1. Invece, contiene sia questo ceppo che quello B, cioè i due in circolazione quest'anno, e garantisce una protezione molto alta».

Calano i vaccinati

Poca informazione per l'antivirus a "largo spettro"

Un migliaio i vaccini rimasti inutilizzati presso la Asl 4. «Credo che questa tendenza dipenda soprattutto da una mancata chiarezza delle informazioni. Il vaccino di quest'anno è trivalente, ma molti non lo sanno e in particolare pensano che non contenga il ceppo dell'influenza AH1N1. Invece, contiene sia questo ceppo che quello B, cioè i due in circolazione quest'anno, e garantisce una protezione molto alta».

Intanto dai medici di base e dagli infettivologi i consigli, o meglio il consiglio principe per evitare contagi è quello di avere sempre le mani pulite. Disinfettate. Non è un caso, infatti, se per prevenire l'influenza e raffreddori, suggeriscono un gesto banale e ripetitivo: quello di lavarsi le mani più volte al giorno.

Dalle mani alla bocca sino al naso il passaggio è semplice e veloce. Basta, quindi, una semplice accortezza per cercare di alzare il livello di guardia per eventuali contaminazioni.

LA PREVENZIONE

Alimentazione adeguata Cura dell'igiene personale I consigli per evitare il contagio

Medici, nutrizionisti ed esperti in scienze dell'alimentazione promuovono la prevenzione per combattere e tenere lontana l'influenza stagionale. I fastidiosi sintomi dell'influenza, secondo medici e nutrizionisti si possono evitare seguendo 10 regole fondate su una corretta e sana alimentazione. Garantire un giusto apporto di vitamine e sali minerali all'organismo previene i sintomi influenzali e protegge dal contagio. I cibi consigliati quotidianamente per sfatare l'influenza sono verdura e frutta meglio se si tratta di agrumi, frutti di bosco, kiwi, peperoni, pomodori, broccoli, cavolo e verza.

Utilizzare il più possibile aglio e cipolla per la preparazione dei cibi: questi alimenti, oltre ad essere ricchi di vitamine e sali minerali, hanno proprietà antisettiche. Scegliere, per il condimento delle pietanze, il limone che facilita l'assorbimento del ferro da parte dell'organismo, ottimo contro i sintomi influenzali. Aprire le finestre più volte al giorno per almeno 15 minuti in modo da favorire un buon ricambio di aria e l'eliminazione di eventuali germi. Fare sempre molta attenzione agli sbalzi di temperatura, la differenza tra la temperatura interna ed esterna non dovrebbe mai superare 10-15 gradi.

ANZIANI A RISCHIO 118 in tilt

Anziani a rischio. Come i bambini e gli adolescenti. Ieri mattina il 118 del Tigullio ha avuto un gran numero di telefonate con richieste del medico di guardia



Le persone avanti con gli anni e con patologie croniche sono quelle più a rischio del virus in arrivo a fine mese



Centralino caldo con decine e decine di chiamate nell'arco di pochissime ore. L'"allarme" è scattato sabato