

Firenze, 11 dicembre 2022

Al Governo                      Ai Ministri                      Ai Sottosegretari  
Ai parlamentari eletti a rappresentarci                      Agli organi di informazione  
Ai cittadini

Oggetto: Richiesta di rapido intervento per contrastare la **pandemia da A(H3n2)**, giornalmisticamente detta *influenza australiana*.

La presenza istanza è sottoforma di relazione divisa nelle seguenti parti:

- 1 Chi sono e azione preliminare intrapresa.
- 2 Non sottovalutare la pandemia da A-H3n2 perché chiamata semplicemente INFLUENZA.
- 3 Una soluzione l'Archivio Informatizzato Sanitario Centralizzato.
- 4 Gli uccisi dai virus e gli enormi danni socioeconomici evidenziano che siamo in guerra.
- 5 Una soluzione il Piano nazionale di preparazione e risposta a una pandemia.
- 6 Le informazioni strategiche subito a disposizione.
- 7 Un potere al Governo.
- 8 Alcune utilissime informazioni sanitarie diffuse da soggetti privati.
- 9 Relazione in sequenza di immagini a dimostrazione di come a noi cittadini non sia possibile aprendo <https://www.salute.gov.it> trovare quale è la situazione, quali azioni mettere in campo per la propria e l'altrui difesa della salute nel caso della pandemia in riferimento.

### **1 Chi sono e azione preliminare intrapresa**

Pier Luigi Ciolli, nato a Firenze il 7 marzo 1947 e ivi residente, attivo da decenni nella diffusione dell'informazione per la tutela della salute e sicurezza pubblica (alcuni esempi aprendo i siti internet [www.coordinamentocamperisti.it](http://www.coordinamentocamperisti.it) , [www.incamper.org](http://www.incamper.org) , [www.nuovedirezioni.it](http://www.nuovedirezioni.it) , [www.insiemeinazione.com](http://www.insiemeinazione.com) dove i cittadini in modo rapido possono acquisire informazioni utili a tutelare la loro salute con un semplice click), vaccinato con la dose antinfluenzale e da 4 giorni aggredito dal virus A(H3n2) ma negativo al tampone di verifica Covid19 effettuato all'inizio e ripetuto stamattina, avendo ricevuto notizia che diversi altri conoscenti (*adulti e bambini*) erano a letto a causa del virus A(H3n2) ha cercato inutilmente informazioni ufficiali quale per comprendere la situazione in modo da valutare quali azioni mettere in campo per la propria e l'altrui difesa della salute nel caso della **pandemia da A(H3n2)**. Documentazione al punto 4. Relazione in sequenza di immagini a dimostrazione di come a noi cittadini non sia possibile aprendo <https://www.salute.gov.it> trovare quale è la situazione, quali azioni mettere in campo per la propria e l'altrui difesa della salute nel caso della pandemia in riferimento.

### **2 Non sottovalutare la pandemia da A-H3n2 perché chiamata semplicemente INFLUENZA**

Per prima cosa è necessaria la vostra pazienza nel leggere tutta la presente relazione che, anche redatta in modo sintetico, deve rappresentare dei fatti. Inoltre, chiedo di non sottovalutare il termine INFLUENZA perché si tratta di una pandemia dove il virus , lo dimostrano i numeri dei decessi nei decenni, si tratta di virus che uccidono centinaia e/o centinaia di migliaia di persone ma il dato più preoccupante è che NON si hanno dati certi e questa disinformazione non risale a quando non esisteva Internet ma si parla dal 2007 al 2017: aprendo [Quante persone si ammalano \(e quante muoiono\) a causa dell'influenza \(agi.it\)](http://Quante persone si ammalano (e quante muoiono) a causa dell'influenza (agi.it)) infatti, leggiamo che si affidano a metodi statistici dichiarando: "Ricapitolando: se contiamo i morti "diretti" per influenza, tra il 2007 e il 2017 sono stati in totale poco più di 5 mila; se si considerano anche i decessi "indiretti" il numero sale di molto e potrebbe potenzialmente a superare le 100 mila morti in totale.". E tutti zitti? C'è una bella differenza tra 5.000 e 100.000 oppure sbaglio?

### **3 Una soluzione l'Archivio Informatizzato Sanitario Centralizzato**

Purtroppo, nessuno per quanto di mia conoscenza dal 2007 in poi ha chiesto (eccezione il sottoscritto che a partire dal 2020, ha ripetutamente chiesto a Governi e parlamentari l'attivazione l'**Archivio Informatizzato Sanitario Centralizzato** indispensabile per conoscere in tempo reale l'andamento di una pandemia, le cause dei decessi, la valenza dei farmaci e/o di vaccini e/o delle cure eccetera.

#### **4 Gli uccisi dai virus e gli enormi danni socio economici evidenziano che siamo in guerra**

È essenziale avere le idee chiare evitando di accettare il concetto che alcuni negano che le epidemie e/o le pandemie sarebbero solo un aspetto sanitario da delegare agli studiosi del settore. A sconfessare tale tesi è il numero dei cittadini uccisi dai virus killer e ai danni economici prodotti che sono superiori a tante guerre, comprese quelle in atto. Pertanto, agli studiosi l'informare e proporre ma chi è proposto a governare il decidere come utilizzare le risorse e, per poter decidere, come in tutte le guerre, la prima risorsa è l'informazione, è l'arma più efficace per limitare le perdite umane e materiali uscendo dalla guerra vittoriosi.

#### **5 Una soluzione il Piano nazionale di preparazione e risposta a una pandemia**

La base per un database certo è l'attivazione del **Piano nazionale di preparazione e risposta a una pandemia**, pertanto, compito del governo è l'obbligare tutti gli addetti del Ministero della Salute e dell'ISS a vararlo entro febbraio 2023 escludendo dalla lista (*magari licenziando e denunciando chi lo doveva redigerlo entro il 2016 e a tutt'oggi non lo ha fatto*).

Visto che ancora oggi il Ministero si basa sul **sistema di sorveglianza InFluNet** ([https://www.salute.gov.it/portale/news/p3\\_2\\_1\\_1\\_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=6039](https://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_1_1_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=6039)) che si avvale di una rete di medici sentinella come se fossimo nell'altro secolo, quando, invece, la tempestività è essenziale sia per il cittadino per prevenire e curarsi sia per chi è preposto a governare la nazione per predisporre tempestive azioni in difesa della salute pubblica e della economia della nazione.

Per far fronte all'incalzare delle pandemie da virus, killer invisibili ma che si possono individuare e combattere, è indispensabile che nel caso di qualsiasi pandemia e/o epidemia, visto che interessa tutta la nazione, è urgente obbligare tutti gli operatori che erogano prestazioni e prescrizioni sanitarie sia ai titolari di farmacie (professionisti che, somministrando i farmaci, hanno la possibilità di conoscere le criticità dei cittadini anche prima che si rechino dal medico), provvedano a inviare le segnalazioni al termine di ogni giorno, festivi compresi, prevedendo come grave reato l'inadempienza. Nel contempo; invitare tutti i cittadini a segnalare via mail situazioni che ritengono importanti per l'informazione e l'organizzazione per combattere una pandemia.

#### **6 Le informazioni strategiche subito a disposizione**

Trattandosi di INFORMAZIONI STRATEGICHE, non è possibile demandarle a soggetti privati che, tra l'altro, molte volte confliggono tra loro creando un pericoloso disorientamento o, peggio, la non attivazione da parte del cittadino e delle autorità delle necessarie tutele per la salute propria e della collettività. Per farlo basta un vostro rapido intervento dando ordine al Ministero della Salute affinché cittadini aprendo <https://www.salute.gov.it> trovino subito in testa della home page (*scritto in caratteri dimensione 16*) il seguente indice:

[INTRODUZIONE](#)   [CAUSE](#)   [SINTOMI](#)   [QUANDO CHIAMARE IL MEDICO](#)   [PERICOLI](#)   [GRAVIDANZA](#)  
[DIAGNOSI](#)   [CURA E TERAPIA](#)   [VACCINO E PREVENZIONE](#)   [PER APPROFONDIRE](#)

Il suddetto indice possono copiarlo utilmente aprendo [Influenza 2022-2023 \(australiana\): sintomi, pericoli e cura \(thewom.it\)](#) **riprodotto l'articolo al punto 9**

#### **7 Un potere al Governo**

Trattandosi di emergenze nazionali è impensabile che un Governo non possa legiferare liberamente su tutto il territorio nazionale, quindi, occorre prima di tutto che il Parlamento approvi una norma che in caso di pandemia e/o epidemia i poteri sanitari ora in mano a Regioni, Sindaci e altri soggetti passino al Governo che è sottoposto solo all'approvazione del Parlamento.

#### **8 Alcune utilissime informazioni sanitarie diffuse da soggetti privati**

Sintesi estratta da [Influenza 2022-2023 \(australiana\): sintomi, pericoli e cura \(thewom.it\)](#)

9 dicembre 2022

L'influenza stagionale è una malattia respiratoria contagiosa, causata dai virus influenzali, che nel nostro Paese si manifesta annualmente nei mesi freddi, benché siano possibili episodi occasionali anche al di fuori dei mesi invernali.

Le previsioni per l'attuale stagione influenzale **non sono positive**: ci si aspetta infatti un'epidemia piuttosto vivace (6-7 milioni di casi), anche alla luce del fatto che in Australia si

è registrata la peggiore degli ultimi 5 anni (anche in Italia è oggi, per questa ragione, spesso indicata come influenza australiana, benché si tratti semplicemente di del normale decorso stagionale che prevede l'arrivo prima nell'emisfero australe). Nel sesto [bollettino Influnet](#) relativo al monitoraggio dell'infezione (insieme alle sindromi influenzali nel complesso), pubblicato in data 9 dicembre novembre (settimana di osservazione dal 28 novembre al 4 dicembre), la curva dei contagi continua la sua corsa entrando nella cosiddetta fase di "intensità alta" come previsto. Quello che si osserva è quindi una diffusione sensibilmente anticipata rispetto alla media degli anni passati (in cui di norma i casi esplodevano con le vacanze natalizie, mentre ad oggi si prevede che verrà raggiunto il picco in quei giorni), benché fortunatamente i sintomi non si siano dimostrati ad oggi particolarmente aggressivi.

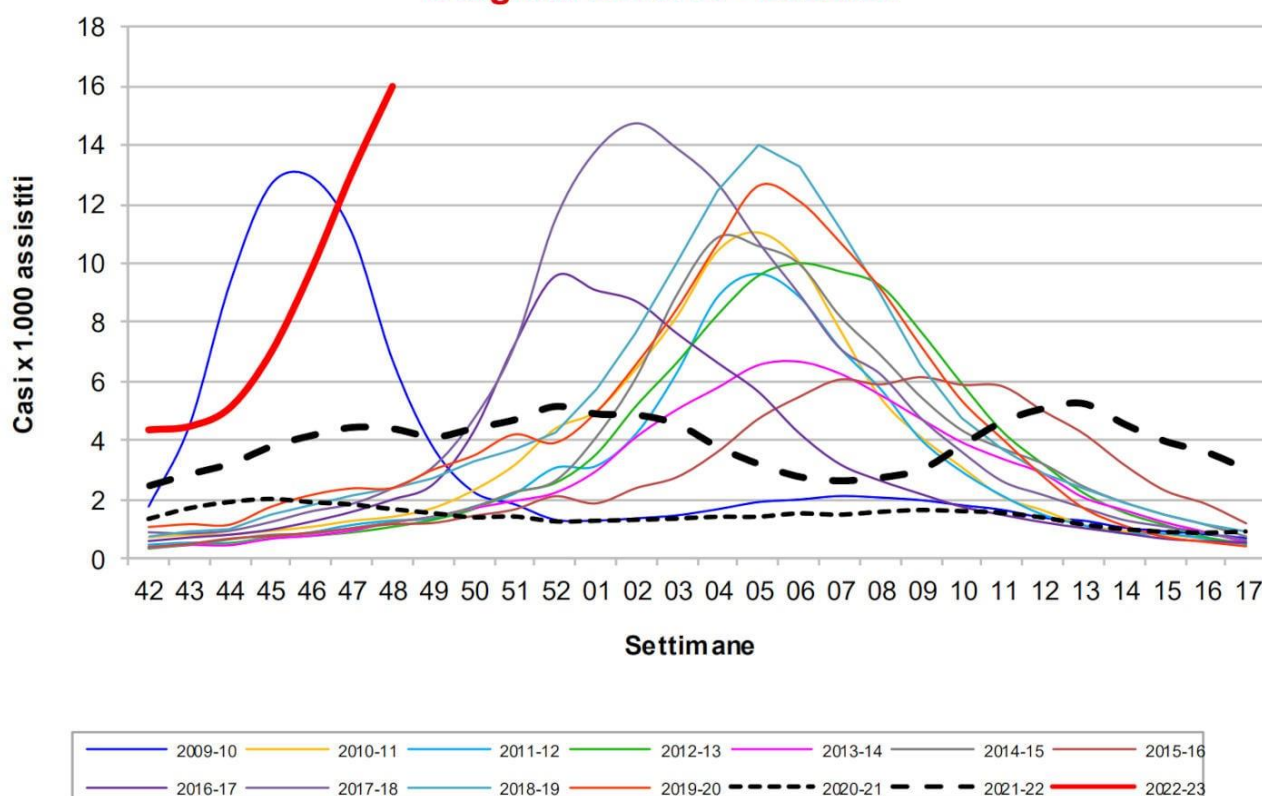
#### Gli ultimi dati rilevano:

- 16 casi per mille soggetti, in particolare (come sempre) i bambini sono i più colpiti (50.2 casi ogni mille soggetti di età inferiore ai 5 anni).
- 943 mila casi nella settimana dal 28 novembre al 4 dicembre, per un totale di oltre 3.5 milioni di casi dall'inizio del monitoraggio.

Nella figura seguente si nota in rosso l'andamento dell'influenza "australiana" (ovvero di quest'anno, in rosso), in confronto a quelle degli anni passati; in particolare emerge come:

- Con l'esclusione dell'annata 2009-10 (blu) siamo di fronte al numero più elevato di casi del mese di novembre.
- Le due stagioni passate (nero tratteggiato) siano state molto basse, presumibilmente grazie all'uso massivo delle mascherine.
- L'andamento della curva induce a prevedere che:
  - il picco sarà raggiunto prima del solito,
  - ma che allo stesso tempo sarà molto più consistente (alto), ovvero ci saranno molti più pazienti colpiti.

### Incidenza delle sindromi influenzali (ILI) in Italia. Stagioni 2009/10 - 2022/23



I sintomi caratteristici dell'influenza 2022-2023 saranno plausibilmente gli stessi delle stagioni passate, ovvero una combinazione variabile di:

- febbre alta ad esordio improvviso,

- tosse secca e stizzosa,
- mal di testa,
- stanchezza e debolezza,
- brividi,
- dolori muscolari e articolari,
- dolori addominali,
- diarrea, nausea e vomito (soprattutto nei bambini),
- mal di gola,
- naso congestionato e starnuti,
- perdita di appetito,
- ridotta qualità del sonno.

Fin dalla comparsa dei primi sintomi si può inoltre assistere a manifestazioni simili al più classico dei raffreddori, come ad esempio aumentate secrezioni nasali, [lacrimazione](#) e [bruciore agli occhi](#); i sintomi tendono in genere a sfumare nel giro di 5-7 giorni al massimo (poco di più nei bambini), tuttavia l'astenia e la tosse possono durare molto più a lungo. Il tempo d'incubazione, ossia il periodo che intercorre tra il contagio e le prime manifestazioni, è variabile da uno a quattro giorni.

### **Quali sono i sintomi chiave dell'influenza?**

L'influenza è in genere caratterizzata dalla contemporanea presenza di tre sintomi chiave: febbre alta che compare improvvisamente, almeno un sintomo respiratorio (tosse, mal di gola, naso chiuso, ...), almeno un sintomo sistemico (senso di ossa rotte, dolori muscolari, mal di testa, ...).

### **Come distinguere influenza e COVID-19?**

Purtroppo sulla base dei soli sintomi è sostanzialmente impossibile distinguere l'influenza stagionale dalla COVID-19 (salvo forse nel caso di disturbi dell'olfatto, disturbo piuttosto caratteristico della seconda), per questa ragione i soggetti con sintomi dubbi sono invitati a sottoporsi ad un [tampone rapido-molecolare](#) di verifica.

Le due patologie, a differenze delle più leggere forme influenzali, si distinguono invece per la presenza di:

- esordio brusco ed improvviso, con febbre superiore ai 38°
- almeno un sintomo respiratorio (naso chiuso, mal di gola, ...)
- almeno un sintomo sistemico (tipicamente dolori muscolari e senso di ossa rotta).

### **Che differenza c'è tra il raffreddore e l'influenza?**

L'influenza e il comune raffreddore sono entrambi malattie respiratorie, causate però da virus diversi. Queste due malattie presentano sintomi simili, quindi può essere difficile capire la differenza basandosi solo su questi; in generale l'influenza è più grave e i sintomi come la febbre, i dolori muscolari, la stanchezza e la tosse secca, si manifestano con maggior frequenza e sono più intensi.

Chi ha il raffreddore, di solito, ha il naso che cola o il naso chiuso; di norma non provoca problemi di salute gravi, come la polmonite o le infezioni batteriche, e non richiede il ricovero in ospedale.

Le due infezioni hanno quindi in comune parte della sintomatologia e può essere perciò difficile, se non addirittura impossibile, differenziarli basandosi solo su questi.

### **Quanto dura l'influenza?**

La durata è al massimo di 7 giorni per gli adulti e fino a 10 per i bambini, ma altri sintomi possono persistere più a lungo (tosse, stanchezza, ...)

### **Cosa prendere in caso d'influenza?**

Essendo una malattia virale, l'assunzione di antibiotici è in genere inutile (se non addirittura controproducente); si raccomanda di valutare telefonicamente con il medico o con il farmacista l'assunzione di farmaci sintomatici per dare sollievo ai sintomi ed aspettare che la patologia segua il decorso naturale.

### **Cosa mangiare?**



L'aspetto più importante dell'alimentazione durante gli episodi influenzali è mantenere una corretta idratazione, attraverso il consumo di acqua e brodo di verdura o di pollo, per esempio; limitare l'assunzione di zuccheri e di bevande a base di [caffaina](#) (tè, [caffè](#), bevande energetiche, bibite a base di cola, ...), a causa del loro effetto diuretico.

### **Come prevenirla?**

Il modo migliore per prevenire l'infezione rimane il vaccino antinfluenzale, anche se è bene chiarire che [protegge solo e soltanto dal virus influenzale](#) (quello potenzialmente "pericoloso") e non dai numerosi virus para-influenzali (quelli solo "fastidiosi") responsabili delle numerosi sindromi da raffreddamento che si verificano durante l'inverno. In Italia è gratuito per le fasce di popolazione considerate a rischio, ad esempio:

- soggetti con 65 anni o più,
- pazienti a rischio per motivi di salute (per esempio per malattie croniche come diabete, malattie immunitarie, cardiovascolari, respiratorie, ...),
- operatori sanitari a contatto diretto con pazienti a più alto rischio di acquisizione/trasmissione dell'infezione,
- donne in gravidanza (a prescindere dal trimestre).

La necessità di ricorrere alla protezione offerta dal vaccino per le categorie di pazienti a rischio è legata alle possibili complicazioni, che soprattutto in questi soggetti possono in alcuni casi rivelarsi anche fatali (sono centinaia di migliaia le morte influenza-correlate che si [registrano](#) ogni anno).

L'influenza è causata da virus ed in particolare nella stagione 2022-2023 l'[Organizzazione mondiale della sanità](#) ha stabilito che i ceppi da includere nella formulazione dei vaccini debbano comprendere:

#### **Vaccini Egg-based**

- A/Victoria/2570/2019 (H1N1)pdm09-like virus;
- A/Darwin/9/2021 (H3N2)-like virus;
- B/Austria/1359417/2021 (B/Victoria lineage)-like virus;
- B/Phuket/3073/2013 (B/Yamagata lineage)-like virus (solo nei quadrivalenti).

#### **Vaccini Cell- or recombinant-based**

- A/Wisconsin/588/2019 (H1N1)pdm09-like virus;
- A/Darwin/6/2021 (H3N2)-like virus;
- B/Austria/1359417/2021 (B/Victoria lineage)-like virus;
- B/Phuket/3073/2013 (B/Yamagata lineage)-like virus (solo nei quadrivalenti).

Secondo una percentuale sempre più numerosa di esperti in futuro diverrà sempre più importante affidarsi alla formulazione quadrivalente (dai 2 anni in poi); già nelle stagioni influenzali 2016-17 e 2017-18 si è verificata una mancata corrispondenza tra i virus inseriti nel vaccino tradizionale e quelli effettivamente in circolazione, condizione mitigata per chi ha scelto di ricorrere alla formulazione con 4 ceppi.

### **Trasmissione ed incubazione**

La maggior parte degli adulti sani risulta contagioso già a partire **dal giorno precedente alla comparsa dei sintomi** e lo rimane fino a 5-7 giorni dopo la prima manifestazione della malattia (i bambini rimangono contagiosi anche più di una settimana).

Questo significa che si può contagiare ancor prima di capire di essere malati, oltre che quando si manifestano effettivamente i sintomi. Alcune persone contagiate possono rimanere asintomatiche e comunque diffondere il virus.

Chi ha l'influenza può contagiare direttamente chi si trova nel raggio di circa 2 metri. La maggior parte degli esperti ritiene che i virus influenzali si diffondano perlopiù tramite goccioline diffuse tramite la tosse, gli starnuti o la saliva quando si parla. Le goccioline atterrano nella bocca o nel naso delle persone vicine al malato e possono essere inalate nei polmoni.

Con minore frequenza, si può essere contagiati toccando una superficie o un oggetto con sopra il virus e poi toccandosi la bocca o il naso.

Per evitare il contagio è utile stare lontani dai malati (e per proteggere gli altri è quindi consigliabile rimanere in casa quando si è contagiati a propria volta).

È anche importante lavarsi spesso le mani con acqua e sapone, atto considerato come più importante in assoluto in termini di prevenzione. Se l'acqua e il sapone non sono disponibili, si può usare un gel a base d'alcol.

La biancheria, le posate e i piatti usati dai malati non dovrebbero essere condivisi se non sono ben lavati. Le posate e i piatti possono essere lavate in lavastoviglie oppure con acqua e detersivo e non è necessario che vengano lavati a parte.

### **Il freddo fa venire raffreddore e/o influenza?**

Le nostre mamme ci hanno sempre invitato a coprirci bene prima di esporci al freddo per non prendere qualche malanno ma in realtà non esiste una vera e propria correlazione diretta tra freddo e rischio di malattia; effettivamente alcuni virus (come quello dell'influenza) godono tuttavia di una maggior diffusione durante la stagione fredda e, sebbene la vera ragione non sia ancora stata chiarita, le principali ipotesi al riguardo comprendono:

- cambiamenti nelle mucose dell'apparato respiratorio indotti dalla temperatura fredda (per esempio una riduzione dell'efficacia delle ciglia o una maggior secchezza cutanea),
- riduzione della risposta immunitaria,
- una maggior capacità di dispersione e persistenza nell'ambiente da parte del virus, grazie per esempio alla ridotta umidità.

L'apparente stagionalità può anche essere dovuta a fattori sociali, come cene e occasioni di ritrovo in genere durante le feste natalizie, ma anche alla concentrazione di molte persone in ambienti chiusi e poco areati a causa del freddo.

Nel complesso quindi non è il freddo di per sé che causa l'infezione, benché ne possa favorire il contagio.

### **Sintomi**

Il periodo che va da quando si è esposti al virus a quando iniziano i sintomi (**incubazione**) dura da 1 a 4 giorni, in media 2 giorni.

La **durata** dei disturbi è tipicamente al massimo di 7 giorni per gli adulti e fino a 10 per i bambini.

Chi ha l'influenza spesso manifesta alcuni o tutti dei sintomi qui elencati e l'esordio è brusco ed improvviso:

- [febbre](#) (è importante notare che non tutti i soggetti colpiti la manifestano),
- [brividi](#),
- [tosse](#),
- [mal di gola](#),
- naso che cola o [naso chiuso](#),
- [starnuti](#),
- [dolori muscolari](#) (mialgie),
- [dolori articolari](#) (artralgie).
- [mal di testa](#),
- [riduzione dell'appetito](#),
- [estrema stanchezza](#) (contrariamente alla febbre, può durare fino a 2-3 settimane).

Alcune persone possono avere [vomito](#) e [diarrea](#), che però sono più comuni tra i bambini che tra gli adulti.

A differenza dell'influenza, il raffreddore si presenta con caratteristiche leggermente diverse:

- esordio più graduale,
- colpisce prevalentemente naso e gola,
- causa malessere, ma spesso non tale da costringere a letto.

Per sapere se sei malato, puoi provare a fare il nostro test, ma tieni presente che rappresenta solo un'indicazione di massima e che la diagnosi è possibile solo al medico:

### **Test per i sintomi da influenza**

*Rispetto alle forme di malessere parainfluenzali, la vera influenza è quasi sempre caratterizzata dalla contemporanea presenza di tre sintomi (triade):*

- *febbre alta, tipicamente ad esordio improvviso,*
- *almeno un sintomo sistemico (dolore diffuso, senso di ossa rotte, mal di testa, ...),*
- *almeno un sintomo respiratorio (tosse, naso che cola, mal di gola, ...).*

Si raccomanda di rivolgersi al medico se i sintomi sembrano guarire, ma poi ritornano, accompagnati dalla febbre e dal peggioramento della tosse.

Si raccomanda di rivolgersi immediatamente al pronto soccorso in caso di:

- [difficoltà a respirare o fiato corto](#),
- [labbra rosse o bluastre](#),
- [dolore o sensazione di pressione a livello del torace](#) o dell'[addome](#),
- [capogiro improvviso](#),
- [stato confusionale](#),
- vomito forte o continuo,
- [convulsioni](#).

### Pericoli

L'influenza è imprevedibile e la sua gravità può variare, anche di molto, da una stagione all'altra, a seconda di diversi fattori, tra cui ricordiamo:

- tipo di virus (aggressività, presenza e diffusione degli anni precedenti, ...),
- adesione alle campagne vaccinali,
- capacità del vaccino anti-influenzale di combattere esattamente i virus che causano la malattia.

La maggior parte delle persone che si ammalano presentano sintomi lievi e non devono ricorrere né ad assistenza medica né a farmaci antivirali, andando incontro a guarigione spontanea in meno di due settimane. Altri soggetti, tuttavia, corrono un rischio maggiore di soffrire di complicazioni che comportano il ricovero in ospedale e in alcuni casi anche il decesso.

[Polmonite](#) (per esempio da [pneumococco](#), la cui infezione è favorita dal contagio influenzale), [bronchite](#), [sinusite](#) ed [infezioni dell'orecchio](#) sono tutti esempi di complicazioni frequenti della malattia, che può inoltre peggiorare condizioni croniche, ad esempio

- chi soffre d'asma può avere degli attacchi più frequenti e severi,
- chi soffre di [insufficienza cardiaca](#) congestizia cronica può presentare un peggioramento.

L'elenco seguente comprende i gruppi di persone che corrono un rischio maggiore di sviluppare complicazioni quando si ammalano:

- bambini sotto i 5 anni, e in particolare sotto i 2 anni,
- adulti di età superiore ai 65 anni,
- donne incinte (fino a due settimane dopo il parto),
- residenti nelle case di cura e in altre strutture di lunga degenza,
- persone che soffrono di malattie come:
  - [asma](#),
  - disturbi neurologici e dello sviluppo neurologico (a carico del cervello, del midollo spinale, dei nervi periferici e dei muscoli, come la paralisi cerebrale, l'[epilessia](#), l'[ictus](#), la disabilità intellettiva (ritardo mentale), il ritardo dello sviluppo da lieve a grave, la [distrofia muscolare](#) o le lesioni del midollo spinale),
  - malattie polmonari croniche (come la [broncopneumopatia cronica ostruttiva](#) e la [fibrosi cistica](#)),
  - malattie cardiache (come le cardiopatie congenite, l'insufficienza cardiaca congestizia e le [coronaropatie](#)),
  - malattie del sangue (come l'[anemia falciforme](#)),
  - disturbi endocrini (come il [diabete](#) mellito),
  - disturbi renali,
  - disturbi epatici,
  - disturbi metabolici (come i disturbi metabolici ereditari e i disturbi mitocondriali),
  - [sistema immunitario indebolito](#) a causa di malattie o farmaci (ad esempio chi soffre di [HIV o AIDS](#), tumori, o chi è in terapia cronica con [steroidi](#)),

- persone di età inferiore ai 19 anni in terapia di lungo periodo con [aspirina](#),
- persone [obese](#) (con IMC superiore a 40).

### **Gravidanza**

Nelle gestanti l'influenza può essere più grave e causare complicazioni più severe. I cambiamenti del sistema immunitario, del cuore e dei polmoni durante la gravidanza rendono le donne incinte più soggette alla malattia ed alle sue complicazioni, tra cui il [parto pretermine](#).

Il vaccino proteggerà la mamma e il bimbo, quest'ultimo anche dopo la nascita, ed è la protezione migliore che si possa consigliare; a partire dalla stagione influenzale 2019-2020 il vaccino viene offerto gratuitamente anche durante il primo trimestre, grazie alle più [aggiornate](#) evidenze di sicurezza.

Se avvertite i sintomi dell'infezione chiamate il medico, mentre se manifestate uno qualsiasi dei sintomi seguenti, fatevi accompagnare immediatamente al pronto soccorso:

- difficoltà a respirare o fiato corto,
- dolore o senso di costrizione a livello del torace o dell'addome,
- vertigini improvvise,
- stato confusionale,
- vomito prolungato o abbondante,
- febbre alta che non scende nemmeno assumendo il paracetamolo (Tachipirina® o equivalenti),
- sentite che il bambino si muove meno del solito o non si muove affatto.

### **Diagnosi**

Oltre ai virus influenzali durante la stagione invernale possono anche circolare diversi altri virus respiratori, in grado di causare sintomi e disturbi simili. Tra i virus non influenzali ci sono i rinovirus (che causano il [raffreddore](#)) e il [virus respiratorio sinciziale](#) (RSV), la causa più frequente delle malattie respiratorie gravi nei bambini e una delle principali cause delle malattie respiratorie negli anziani di età superiore ai 65 anni.

### **Cura e Terapia**

La maggior parte delle persone colpite presenta sintomi lievi e non deve ricorrere né al medico né ai farmaci antivirali. Se si manifestano i sintomi della malattia nella maggior parte dei casi si deve stare in casa, evitando il contatto con le altre persone. Se tuttavia avete i sintomi dell'infezione e fate parte di un gruppo ad alto rischio, siete molto malati o preoccupati, potete e dovete contattare il vostro medico di famiglia, possibilmente prima per telefono. Alcune persone sono più a rischio di sviluppare complicazioni gravi dell'influenza. Tra di essi ricordiamo:

- bambini piccoli,
- anziani di età superiore ai 65 anni,
- donne incinte,
- chi soffre di malattie croniche.

Il medico curante deciderà se e quali esami effettuare e quali terapie siano necessarie.

### **Come fermare l'influenza?**

Purtroppo non c'è modo di modificare sensibilmente il decorso dell'infezione una volta contratta; si può valutare l'assunzione di specifici farmaci antivirali (NON antibiotici), il cui utilizzo è tuttavia

- limitato a casi selezionati di pazienti ad alto rischio di complicazioni,
- non scevro da effetti indesiderati,
- [con evidenze di efficacia limitate](#).

### **Devo andare al pronto soccorso se i miei sintomi sono lievi?**

No. Il pronto soccorso dovrebbe essere usato solo in caso di malattie e sintomi molto gravi. Se siete solo lievemente malati, non è il caso di andare al pronto soccorso. Se soffrite dei sintomi dell'influenza, non è indispensabile andare al pronto soccorso. Se siete a rischio di complicazioni o preoccupati per i sintomi, chiedete prima consiglio al vostro medico. Se



andate al pronto soccorso e in realtà non avete l'infezione, potreste anche contagiati da chi invece è realmente malato.

### **Quali sono i sintomi dell'influenza che devono destare preoccupazione?**

Nei bambini:

- respiro accelerato o difficoltà a respirare,
- colorito bluastrò della pelle,
- insufficiente assunzione di liquidi,
- sonnolenza o assenza di interazione con gli altri,
- irritazione tale che il bambino non si fa tenere in braccio,
- i sintomi influenzali sembrano guariti ma poi ricompaiono, accompagnati dalla febbre e dal peggioramento della tosse,
- febbre con eruzione cutanea.

Oltre ai sintomi precedenti, andate immediatamente al pronto soccorso se il neonato presenta uno qualsiasi di questi sintomi:

- non è in grado di alimentarsi,
- ha difficoltà a respirare,
- non ha le lacrime quando piange,
- sporca molti meno pannolini del normale.

Situazioni che richiedono il pronto soccorso negli adulti:

- difficoltà a respirare o fiato corto,
- dolore o pressione sul petto o sull'addome,
- vertigini improvvise,
- stato confusionale,
- vomito grave o continuo,
- sintomi influenzali che sembrano guariti, ma poi si ripresentano insieme alla febbre e al peggioramento della tosse.

### **Per quanto devo rimanere a casa se sono stato contagiato?**

Il CDC americano consiglia di rimanere a casa per almeno 24 ore dopo la scomparsa della febbre e durante la malattia di uscire solo per andare dal medico o in caso di stretta necessità. La febbre deve essere scomparsa da sola, senza l'uso di farmaci antipiretici come [Tachipirina](#). Bisogna rimanere in casa e non andare al lavoro né a scuola, non viaggiare, non fare la spesa, non partecipare a ritrovi né manifestazioni.

### **Che cosa fare quando si ha l'influenza?**

Quando si ha l'influenza bisogna rimanere lontani dagli altri il più possibile, per evitare di infettarli. Se dovete uscire di casa, ad esempio per andare dal medico, indossate una mascherina, oppure copritevi la bocca con un fazzoletto quando tossite o starnutite. Lavatevi spesso le mani per evitare di contagiare gli altri.

### **Farmaci**

I sintomi influenzali possono essere curati con o senza farmaci.

I medicinali da banco possono alleviare alcuni sintomi della malattia, ma non rendono il paziente meno contagioso.

Il medico può prescrivere gli antivirali per alleviare i sintomi e prevenire le complicazioni gravi; possono inoltre essere prescritti gli antibiotici, se la patologia progredisce e si trasforma in infezione batterica.

### **È possibile curare l'infezione o i sintomi senza farmaci?**

Si possono curare i sintomi senza farmaci seguendo questi semplici consigli:

- riposatevi molto,
- assumete liquidi in quantità per prevenire la [disidratazione](#). Vanno bene l'acqua, il brodo, le bevande con integratori salini (meglio se povere di zuccheri),
- mettete una asciugamano freddo e umido sulla fronte, le braccia e le gambe, per prevenire il malessere connesso alla febbre,
- mettete un umidificatore nella vostra camera per respirare meglio,

- fate i gargarismi con acqua salata (una parte di acqua tiepida e una di sale) per alleviare il mal di gola,
- copritevi con una coperta calda per calmare i brividi.

**È sicuro assumere contemporaneamente i farmaci per l'influenza e altri farmaci?**

Molti farmaci da banco contengono gli stessi principi attivi. Se assumete diversi farmaci con lo stesso principio attivo, c'è il rischio di sovradosaggio, che potenzialmente può causare problemi anche gravi. Leggete sempre con attenzione i bugiardini e le indicazioni sulla confezione. Se siete in terapia con altri farmaci, anche da banco, chiedete consiglio al medico o al farmacista su quali medicinali siano sicuri nel vostro caso.

**Che cosa sono gli antivirali e a che cosa servono?**

Gli antivirali sono compresse, sciroppi o inalatori usati per prevenire o curare i virus influenzali. Sono approvati per l'uso negli adulti e nei bambini di età superiore all'anno. In Italia i farmaci antivirali approvati per la cura dell'influenza sono quattro: l'oseltamivir (Tamiflu®), lo zanamavir (Relenza®), l'amantadina e la rimantidina.

Se siete esposti al virus gli antivirali prevengono la malattia. Chiedete consiglio al medico se pensate di esporvi o siete stati esposti a una persona malata, possibile fonte di contagio.

**Devo prendere gli antibiotici?**

Gli antibiotici sono farmaci usati per curare le infezioni batteriche. **Non servono a nulla contro le infezioni virali come l'influenza**, tuttavia alcune persone possono avere infezioni batteriche per cui vengono prescritti antibiotici.

Un segno di infezione batterica possono essere i sintomi gravi o prolungati, o sintomi che prima sembrano guarire ma poi ricompaiono più forti. Se pensate di aver bisogno degli antibiotici, contattate il vostro medico e non assumeteli mai per vostra decisione.

**VACCINO E PREVENZIONE**

Il modo migliore per prevenire l'influenza stagionale è farsi vaccinare ogni anno, ma applicare costantemente [poche semplici regole d'igiene](#) possono ridurre drasticamente la diffusione di virus e batteri e prevenire i disturbi respiratori virali in genere.

1. Lavarsi spesso le mani aiuta a proteggersi dai germi. In assenza della possibilità di ricorrere ad acqua e sapone, si possono utilizzare a gel a base alcolica.
2. Quando tossite o starnutite copritevi il naso e la bocca, così eviterete di contagiare le persone intorno a voi.
3. Evitate il contatto ravvicinato con i malati. Se siete malati, tenetevi lontani dagli altri per cercare di non contagiarli. Se possibile, non andate a scuola, al lavoro o a fare le commissioni quando siete malati. In questo modo eviterete di contagiare gli altri.
4. I virus in molti casi si diffondono perché si tocca qualcosa di contaminato e subito dopo le mucose di occhi, naso e/o bocca.
5. Pulite e disinfettate le superfici con cui entrate spesso in contatto in casa, sul posto di lavoro e a scuola, in particolare se c'è qualcuno malato.
6. Utilissimo infine l'uso di mascherine protettive.

Infine, per [favorire il corretto funzionamento del sistema immunitario](#):

1. [Dormite il giusto numero di ore](#),
2. Praticate [attività fisica](#),
3. tenete sotto controllo lo [stress](#),
4. bevete molta acqua per mantenervi idratati,
5. seguite un'alimentazione sana ricca di frutta e verdura.

**ALTRO ARTICOLO SUL WEB**

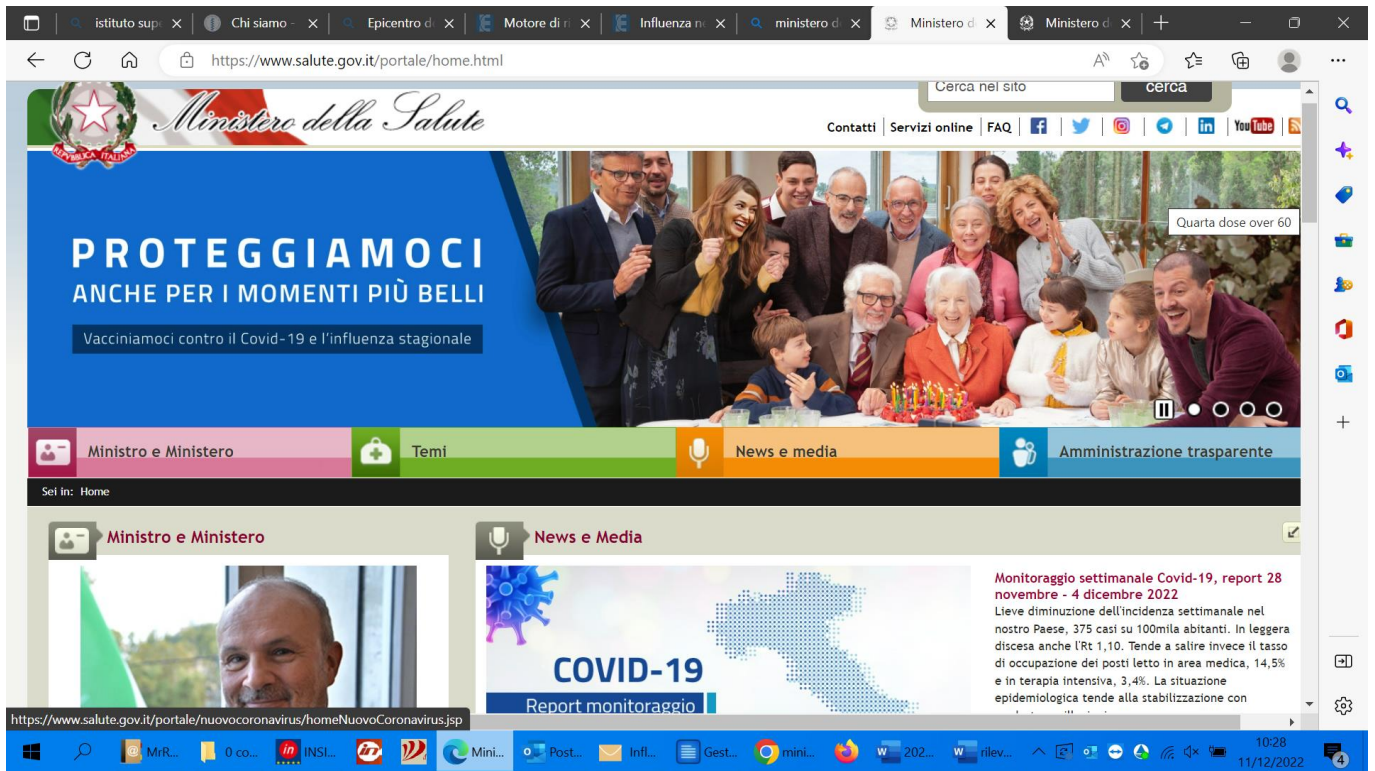
Sintesi estratta da [Influenza australiana: quali sono i sintomi e come alleviarli | Wired Italia](#)  
9 dicembre 2022

Gli italiani messi ko dall'**influenza australiana** sono davvero tantissimi. Basta guardare l'ultimo aggiornamento del rapporto [Influnet](#) dell'Istituto superiore di sanità (Iss), relativo alla settimana dal 21 al 27 novembre 2022, da cui emerge quanto cresca sensibilmente il

numero di casi di sindromi simil-influenzali, soprattutto tra i giovani. L'incidenza, infatti, è pari a **12,9 casi** per mille assistiti, molti di più quindi della settimana precedente, quando i casi erano pari a 9,5. In particolare, sottolineano gli esperti, la gran parte delle infezioni è dovuta al **sottotipo A(H3n2)**, uno dei principali responsabili della cosiddetta **influenza australiana**. Diffusa nei mesi scorsi proprio in Australia, secondo i report ufficiali di sorveglianza, la stagione influenzale ha raggiunto un picco di casi circa **3 volte superiore** alla media di quel periodo e lo ha fatto circa due mesi prima della norma. Il picco nel nostro Paese, secondo le previsioni, sarà raggiunto a Natale. *“Con l'influenza australiana sarà una bella stagione tosta”*, conferma a Rai Radio 1 Fabrizio Pregliasco, direttore sanitario dell'Ospedale Galeazzi di Milano. Come vi abbiamo raccontato qualche mese fa, l'**influenza australiana** si manifesta con i **sintomi** più tipici, quali stanchezza, brividi, dolore alle ossa e ai muscoli, febbre che compare bruscamente, tosse, mal di gola, raffreddore, congiuntivite e mal di testa. *“L'influenza”*, si legge su Epicentro dell'Iss, *“è contraddistinta da un repentino manifestarsi di sintomi generali e respiratori, dopo un'incubazione in genere abbastanza breve (circa 1-2 giorni) e che durano solitamente per 3-4 giorni, potendo tuttavia prolungarsi per una/due settimane”*. La maggior parte delle persone, infatti, guarisce entro **una settimana** senza che siano necessarie cure mediche e nei soggetti sani è raro che insorgano complicazioni. Particolare **attenzione** va riservata, quindi, a donne in gravidanza, bambini fra i 6 mesi e i 5 anni, anziani, pazienti con malattie croniche o sottoposti a terapie che indeboliscono il sistema immunitario, obesi gravi e personale sanitario. Come specificano gli esperti dell'Iss, per curarla il miglior rimedio è il **riposo** a casa, stare al caldo e **bere molta acqua** per evitare la disidratazione. In caso di necessità, ossia per far scendere la febbre alta e per alleviare i dolori, **si può ricorrere al paracetamolo o ibuprofene (niente antibiotici, che non funzionano contro i virus)**. Per prevenirla, invece, il modo migliore è, ovviamente, il **vaccino**. Oltre alla vaccinazione antinfluenzale, un recente rapporto della Commissione europea, dell'Oms e dell'Ecdc ricorda quanto sia importante anche il ruolo delle **misure di protezione** personale, dal lavaggio delle mani frequente, al distanziamento e all'uso delle mascherine, per la prevenzione dei virus respiratori, come appunto l'**influenza** e il **coronavirus**.

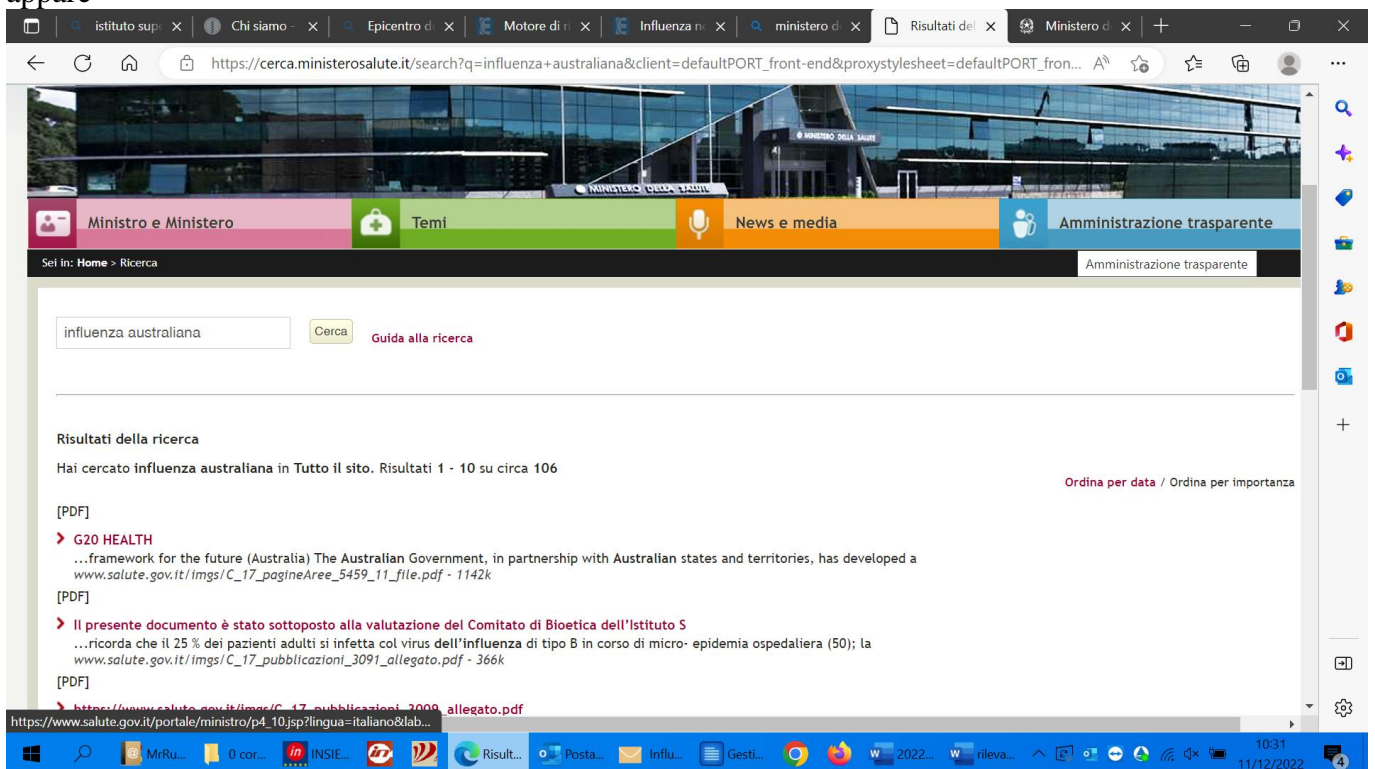
**9 Relazione in sequenza di immagini a dimostrazione di come a noi cittadini non sia possibile aprendo <https://www.salute.gov.it> trovare quale è la situazione, quali azioni mettere in campo per la propria e l'altrui difesa della salute nel caso della pandemia in riferimento.**

PANDEMIA da A(H3n2) navigando alla ricerca di informazioni ufficiali il cittadino deve aprire più settori per poi NON trovare quello a lui utile per la tutela della sua salute e dei suoi interessi economici. Come cittadino che ha la possibilità di collegarsi a Internet, per prima cosa apro il sito del Ministero della Salute digitando <https://www.salute.it> ed ecco a seguire la schermata che appare



Scorro la schermata fino in fondo ma nessun avviso inerente la pandemia da A-H3n2.

Allora compilo lo spazio RICERCA inserendo *influenza australiana* ed ecco a seguire la schermata che appare



Scorro ma non trovo informazioni allora cerco su Internet dove consigliano di aprire ISS EpiCentro. Lo faccio e a seguire la schermata che appare



Anche in questo sito Internet non vedo alcun riquadro che consenta di arrivare rapidamente a conoscere informazioni sulla pandemia A-H3n2 in atto, quindi, compilo il riquadro RICERCA CONTENUTI inserendo prima influenza australiana ma deluso poi ritorno indietro inserendo solo influenza, premo e a seguire la schermata che appare

Leggo solo 3 righe inerenti influenza australiana, quindi, premo sul primo rigo che risulta essere un link e a seguire la schermata che appare



istituto superiore della san... Chi siamo - ISS Epicentro dell'Iss - Cerca Motore di ricerca Epidemia di influenza in It...

https://www.epicentro.iss.it/influenza/situazione09

English - Home page

**Istituto Superiore di Sanità**  
EpiCentro - L'epidemiologia per la sanità pubblica

Indice A-Z dei contenuti

Cerca..

**Influenza**

Home | EpiCentro

**Influenza**

- Informazioni generali +
- News +
- Aspetti epidemiologici +
- Stagione influenzale 2022-2023 +
- Sorveglianza e bollettini +

**Epidemia di influenza in Italia: un'analisi della situazione**  
Stefania Salmaso e Antonino Bella - Cnesps, Iss

Proprio all'inizio del 2009, è iniziata ufficialmente la stagione influenzale. Rispetto alla prima settimana di gennaio, l'attività dei virus influenzali si è ulteriormente intensificata in Italia, ma la situazione è piuttosto generalizzata e riguarda quindi la maggior parte dei Paesi europei. Al momento, non è possibile prevedere quando l'epidemia di influenza raggiungerà il picco più elevato nel nostro Paese ma sulla base di quanto osservato nelle stagioni precedenti, è probabile che si verifichi nella 5°-6° settimana dell'anno.

**Influenza - News**

- 7/12/2022 - Stagione influenzale 2022-23: lo statement di CE-OMS-ECDC
- 10/11/2022 - Influnet: bollettini online

06:14 11/12/2022

Nel testo centrale non vedo la data, né in testa e tantomeno in fondo, quindi, pare sia un testo non aggiornato. Proseguo alla ricerca e premo su News e a seguire la schermata che appare

istituto superiore della san... Chi siamo - ISS Epicentro dell'Iss - Cerca Motore di ricerca Epidemia di influenza in It...

https://www.epicentro.iss.it/influenza/situazione09

**Influenza**

Home | EpiCentro

**Influenza**

- Informazioni generali +
- News -
  - ultimi aggiornamenti
  - archivio
- Aspetti epidemiologici +
- Stagione influenzale 2022-2023 +
- Sorveglianza e bollettini +
- Vaccinazione antinfluenzale +

**Epidemia di influenza in Italia: un'analisi della situazione**  
Stefania Salmaso e Antonino Bella - Cnesps, Iss

Proprio all'inizio del 2009, è iniziata ufficialmente la stagione influenzale. Rispetto alla prima settimana di gennaio, l'attività dei virus influenzali si è ulteriormente intensificata in Italia, ma la situazione è piuttosto generalizzata e riguarda quindi la maggior parte dei Paesi europei. Al momento, non è possibile prevedere quando l'epidemia di influenza raggiungerà il picco più elevato nel nostro Paese ma sulla base di quanto osservato nelle stagioni precedenti, è probabile che si verifichi nella 5°-6° settimana dell'anno.

**Influenza - News**

- 7/12/2022 - Stagione influenzale 2022-23: lo statement di CE-OMS-ECDC
- 10/11/2022 - Influnet: bollettini online

Secondo i dati della [rete Influnet](#), il tasso di incidenza totale è pari a 4,21 casi per mille assistiti. Si tratta di un valore superiore a quello della prima settimana del 2009 (3,04 per mille) e a quelli della maggior parte delle stagioni passate. Fanno eccezione i dati registrati nella passata stagione (4,45 per mille) e quelli relativi alla stagione 1999-2000.

06:31 11/12/2022

Finalmente penso di essere arrivato: premo su **ULTIMI AGGIORNAMENTI** e a seguire la schermata che appare

English - Home page

Istituto Superiore di Sanità  
EpiCentro - L'epidemiologia per la sanità pubblica

Indice A-Z dei contenuti

Cerca..

Influenza

Home | EpiCentro

Influenza

Informazioni generali +

News -

ultimi aggiornamenti

archivio

Aspetti epidemiologici +

Stagione influenzale 2022-

### Ultimi aggiornamenti

**7/12/2022 - Stagione influenzale 2022-23: lo statement di CE-OMS-ECDC**

Con l'inizio della stagione influenzale in Europa, uno *statement* congiunto Commissione europea, OMS ed ECDC ricorda l'importanza della vaccinazione, sia antinfluenzale che contro il COVID-19, per i gruppi di popolazione più vulnerabili (adulti anziani, donne in gravidanza, persone con patologie di base e personale sanitario). Allo stesso tempo, il documento sottolinea il ruolo delle misure di protezione personale nella prevenzione dei virus respiratori come l'influenza stagionale, il virus Respiratorio Sinciziale (RSV) e il SARS-CoV-2: dal lavaggio frequente delle mani, all'uso delle mascherine, soprattutto negli spazi affollati, chiusi e privi di un'adeguata ventilazione, sino al mantenere il distanziamento qualora si sia contratto un virus respiratorio. Per maggiori informazioni [leggi la notizia](#) sul sito ECDC e consulta le pagine di EpiCentro dedicate alla [stagione influenzale 2022-23](#), alla [vaccinazione antinfluenzale](#) e alla [vaccinazione anti-](#)

Delusione, siamo in epidemia e al giorno 11 dicembre troviamo un loro aggiornamento datato 7 dicembre. Ovviamente a questo punto non ho informazioni tempestive dal Ministero della Salute per tutelare la salute e gli aspetti economici.

Grazie per l'attenzione e l'azione che vorrà attivare ricordando che:

- anche uno può fare la differenza;
- siamo pronti a partecipare a teleconferenza un tavolo tecnico per completare i suddetti punti con le informazioni che abbiamo e con le esperienze maturate nel tempo;
- al cittadino il rilanciare il presente documento via mail a Governo e i parlamentari eletti nella sua circoscrizione (elenchi mail in [www.insiemeinazione.com](http://www.insiemeinazione.com)) nonché a quanti hai in rubrica mail e nei social chiedendo che entrino in azione a loro volta;
- è importante inFORMARE ogni giorno, sempre con il pessimismo dell'intelligenza e l'ottimismo della volontà.

A leggervi, Pier Luigi Ciolli  
50125 FIRENZE via di San Niccolò 21  
328 8169174  
[info@insieminazione.com](mailto:info@insieminazione.com)  
[pierluigiciolli@pec.it](mailto:pierluigiciolli@pec.it)