Estate tempo di vacanze, da malaria a febbre gialla il decalogo per chi viaggia

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â?? Lâ??estate Ã¨ sinonimo di partenze, spesso verso mete esotiche e lontane. Ma un viaggio allâ??estero richiede anche alcune precauzioni sanitarie. Si parla tanto di Ebola, malattia che in realtÃ non rappresenta oggi un rischio specifico per il viaggiatore, ma solo per gli operatori sanitari. La Dengue, al contrario, richiede particolare attenzione alle misure di protezione dalle punture di zanzara. Alla vigilia della partenza, la SocietÃ Italiana di Malattie Infettive e Tropicali (Simit) ricorda che molte infezioni, ormai rare o assenti in Italia, sono ancora diffuse in numerose aree del mondo e che una corretta prevenzione puÃ² evitare problemi anche molto gravi. Inoltre, non solo allâ??estero ma anche in Italia, non bisogna mai abbassare la guardia rispetto alle Infezioni sessualmente trasmissibili (Ist).

Ecco allora il decalogo degli infettivologi per chi viaggia con la consulenza di Cristina Mussini, presidente Simit e professore ordinario di Malattie Infettive presso lâ??UniversitÃ di Modena e Reggio Emilia e direttore della Clinica di Malattie Infettive dellâ??Azienda Ospedaliero-Universitaria Policlinico di Modena, e di Antonio Cascio, professore di Malattie Infettive presso lâ??UniversitÃ degli Studi di Palermo, direttore dellâ??UnitÃ Operativa di Malattie Infettive e del Centro di riferimento regionale Aids presso il Policlinico P. Giaccone di Palermo e membro della Simit.

Il decalogo Simit per chi viaggia:

1) Programmare il viaggio in anticipo. Chi si reca in Paesi tropicali o in destinazioni esotiche dovrebbe effettuare una consulenza pre-viaggio presso gli ambulatori di Medicina dei Viaggi o nei reparti di Malattie Infettive. Dovrebbe inoltre informarsi sugli Uffici di sanitÃ marittima, aerea e di frontiera (Usmaf), del ministero della Salute. Sono gli unici autorizzati a somministrare il vaccino contro la febbre gialla e a rilasciare il certificato internazionale richiesto per entrare in alcuni Paesi;

2) Verificare le vaccinazioni di routine. Prima di partire Ã¨ bene controllare di essere in regola con i richiami per morbillo, rosolia, tetano, difterite, Covid-19 e, nelle categorie indicate, pneumococco;

3) Valutare le vaccinazioni specifiche per la destinazione. Il vaccino contro lâ??epatite A Ã¨ particolarmente raccomandato per chi viaggia in aree dove lâ??infezione Ã¨ ancora frequente, cosÃ¬

come quelli contro febbre tifoide, meningococco, colera, encefalite giapponese o rabbia in base al Paese visitato e alla durata del soggiorno. Non sottovalutare la malaria. Per le popolazioni locali puÃ² essere una malattia endemica, ma per chi non Ã¨ immune puÃ² diventare rapidamente molto grave. Le persone a rischio non sono soltanto le persone nate in Italia, ma anche coloro che provengono da Paesi ad alta endemia, ma che hanno perso lâ??immunitÃ vivendo nel nostro Paese. La chemioprofilassi deve essere prescritta dal medico in base alla destinazione, alle eventuali resistenze dei parassiti e alle possibili interazioni con altri farmaci con cui il paziente Ã¨ giÃ in cura;

4) Proteggersi dalle punture di zanzara. Repellenti cutanei, zanzariere e ambienti climatizzati sono strumenti essenziali non solo contro la malaria, ma anche contro la Dengue, oggi endemica in molte aree del mondo;

5) Preparare un piccolo kit sanitario da viaggio. PuÃ² essere utile portare con sÃ© sali reidratanti in bustina per vomito e diarrea, farmaci specifici prescritti dal medico per la diarrea del viaggiatore e materiale per la medicazione delle ferite. Ã? bene portare con sÃ© un antibiotico a largo spettro come fluorochinoloni. Chi soffre di patologie croniche deve portare con sÃ© le terapie abituali, conservandole correttamente magari in una borsa frigo se richiedono particolari temperature. Ã? inoltre consigliabile stipulare una copertura assicurativa per le emergenze mediche, poichÃ© in alcuni Paesi lâ??assistenza sanitaria puÃ² essere molto costosa;

default watermark

6) Fare attenzione a cibi e bevande. Bere solo acqua in bottiglia, evitare il ghiaccio nelle bevande e consumare con prudenza cibi crudi, soprattutto pesce e crostacei, che possono trasmettere infezioni e malattie parassitarie anche gravi;

7) Proteggere sÃ© stessi e il partner con il preservativo. Rimane il metodo piÃ¹ efficace per ridurre il rischio di infezioni sessualmente trasmesse (Ist), come Hiv, gonorrea, sifilide, herpes genitale e Hpv. Bisogna richiamare lâ??attenzione sul preservativo femminile, in Italia quasi per niente utilizzato, che rappresenta perÃ² uno strumento di maggiore autonomia e consapevolezza per la donna;

8) Valutare la Prep e ricorrere alla Pep quando necessario. Per le persone a maggiore rischio di esposizione allâ??Hiv puÃ² essere indicata la Prep (profilassi pre-esposizione), che va assunta in maniera continuativa, senza nessuna interruzione, perchÃ© sia efficace. Se invece si verifica un rapporto a rischio, Ã¨ importante sapere che la Pep (profilassi post-esposizione) deve essere iniziata entro 72 ore. Entrambe sia Prep sia Pep devono essere prescritte presso reparti di Malattie Infettive;

9) Vivere la sessualitÃ in modo consapevole. Evitare rapporti sessuali sotto lâ??effetto di alcol o sostanze stupefacenti poichÃ© comportamenti impulsivi aumentano in modo esponenziale il rischio di contrarre infezioni sessualmente trasmesse. In presenza di partner occasionali, lâ??utilizzo del preservativo Ã¨ sempre fortemente raccomandato.

10. Non trascurare la vaccinazione contro lâ??Hpv. La vaccinazione anti-Hpv Ã¨ raccomandata per ragazze e ragazzi, preferibilmente in giovane etÃ ma se si hanno rapporti con partner occasionali Ã¨ consigliata anche in etÃ adulta. Bisogna sottolineare che non Ã¨ raccomandata solo alle donne, ma in egual modo anche agli uomini, poichÃ© oltre a prevenire il tumore della cervice uterina, contribuisce a ridurre il rischio di altri tumori correlati al virus, come quelli del pene, dellâ??ano e del distretto testa-collo.

â??

EI SRL - P.IVA IT16017671005

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Luglio 14, 2026
Autore
redazione

default watermark