

Ciò che dovrete sapere riguardo una pandemia di influenza (Flu Pandemic).

Una pandemia di influenza si diffonde facilmente e rapidamente in molti paesi e regioni del mondo.

I mass media hanno parlato molto ultimamente della pandemia. Nel XX secolo il mondo ha affrontato tre pandemie. La più terribile, la "spagnola" nel 1918 e 1919, ha ucciso oltre 20 milioni di persone.

Gli esperti di sanità pubblica dicono che un'altra pandemia di influenza potrebbe verificarsi in qualsiasi momento. Dicono anche che, se siamo preparati, è possibile ridurre il numero di persone che si ammalano e il numero di coloro che muoiono.

E poiché una pandemia si diffonde allo stesso modo dell'influenza stagionale, attraverso goccioline contenute negli starnuti e nella tosse e con il contatto manuale, alcune precauzioni di base possono ridurre di gran lunga la propagazione.

1. Cos'è una pandemia (pandemic)?

Una pandemia si distingue per il suo raggio d'azione. Diviene un'epidemia mondiale, o pandemia, quando la malattia si diffonde facilmente e rapidamente in molti paesi e regioni del mondo e colpisce una gran percentuale della popolazione dove si propaga.

2. Dove comincia una pandemia?

I virus che causano l'influenza cambiano continuamente. Una pandemia incomincia quando emerge una nuova varietà del virus dell'influenza diversa dalle varietà comuni. Poiché la gente non è immune al nuovo virus, esso si può diffondere velocemente e infettare centinaia di migliaia di persone. Le varietà pandemiche di influenza si sviluppano quando un virus di un animale o uccello si mescola con un virus umano e ne forma uno nuovo.

3. Qual è il periodo di contagio?

L'influenza può essere contagiosa dalle 24 alle 48 ore prima dell'inizio dei sintomi e per cinque giorni dopo la comparsa degli stessi. Ciò significa che è possibile diffondere il virus senza sapere di averlo.

4. Qual è la differenza tra l'influenza stagionale e l'influenza pandemica?

L'influenza pandemica può sembrare molto simile all'influenza stagionale. Poiché la gente è poco o per niente immune al virus dell'influenza pandemica, la malattia si può diffondere molto più rapidamente dell'influenza comune.

I sintomi sono gli stessi: febbre, mal di testa, dolori ossei e muscolari, stanchezza, naso chiuso, starnuti, mal di gola e tosse. Tuttavia i sintomi possono essere molto più seri con l'influenza pandemica e colpire le persone che normalmente non soffrono troppo con l'influenza stagionale, come ad esempio gli adulti giovani e sani. Ad esempio, nella pandemia del 1918 e 1919, l'indice di mortalità è stato maggiore tra i più giovani.

Sia l'influenza stagionale che l'influenza pandemica si diffondono allo stesso modo. Il virus dell'influenza si diffonde quando qualcuno tossisce o starnutisce e le goccioline contenenti il virus entrano in contatto con il naso, la bocca o gli occhi di un'altra persona. Si può anche diffondere quando le persone con l'influenza tossiscono o starnutiscono nelle proprie mani e contaminano le cose che toccano come, ad esempio, la maniglia di una porta. Altre persone possono infettarsi se toccano lo stesso oggetto e poi si toccano la faccia.

Fino al 35% degli abitanti dell'Ontario potrebbe contrarre l'influenza pandemica.

Ecco ciò che dovrete sapere riguardo l'influenza pandemica.

Influenza stagionale	Influenza pandemica
L'influenza stagionale arriva ogni anno.	L'influenza pandemica capita solo due o tre volte in un secolo.
L'influenza stagionale si diffonde tra novembre e aprile e poi sparisce.	L'influenza pandemica di solito arriva in due o tre ondate a distanza di mesi. Ogni ondata dura circa due o tre mesi.
Circa il 10% degli abitanti dell'Ontario contrae l'influenza stagionale ogni anno.	Circa il 35% dei residenti dell'Ontario potrebbe contrarre l'influenza pandemica nel corso di un'epidemia.
La maggior parte delle persone che contraggono l'influenza stagionale si ammalano, ma di solito guariscono entro un paio di settimane.	Circa la metà della gente che contrae l'influenza pandemica si ammala. La maggior parte guarirà, ma ci vorrà molto tempo e alcune persone moriranno.
L'influenza stagionale è più dura per le persone che non hanno un sistema immunitario forte: i bambini, gli anziani e le persone con determinate malattie croniche.	Persone di qualsiasi età si possono ammalare seriamente a causa dell'influenza pandemica a seconda del virus.
Durante la stagione normale dell'influenza, fino a 2.000 residenti dell'Ontario muoiono per le complicazioni derivanti dall'influenza, come ad esempio la broncopolmonite (pneumonia).	Durante una pandemia, l'Ontario avrà molte più persone ammalate e probabilmente molte più morti.
Ogni anno il vaccino antinfluenzale è disponibile per proteggere le persone dall'influenza stagionale.	Non esiste un vaccino per l'influenza pandemica. Ci vorranno quattro o cinque mesi dopo l'inizio dell'influenza pandemica per preparare il vaccino.
Ci sono farmaci che le persone possono prendere per curare l'influenza stagionale.	Questi stessi farmaci potrebbero aiutare le persone colpite dall'influenza pandemica ma è possibile non ci sia a disposizione la quantità necessaria per tutti e non si potrà saperne l'efficacia fino a quando il virus non viene identificato.

5. L'Ontario verrà colpito?

Sì. Con tutti i viaggi aerei l'influenza pandemica è facile si propaghi in tutto il mondo, incluso l'Ontario.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (World Health Organization) e gli esperti di sanità pubblica nel mondo stanno controllando attentamente per vedere i primi segnali di un'influenza pandemica in modo da poter prendere delle precauzioni per rallentarne la diffusione.

6. Cosa succederà se l'influenza pandemica colpirà l'Ontario?

Una volta che il virus dell'influenza pandemica arriva in Ontario, è facile si diffonda presto. Molte

persone si ammaleranno e ci sarà enorme pressione sui servizi sanitari.

A seconda della diffusione dell'influenza pandemica, le routine giornaliere potrebbero subire delle interruzioni. Ad esempio, le società potrebbero dover chiudere alcune delle loro operazioni. Le città potrebbero decidere di fornire solamente i servizi essenziali. Gli ufficiali di sanità pubblica potrebbero cancellare gli incontri pubblici, come ad esempio i concerti e gli eventi sportivi dove il virus dell'influenza si può diffondere facilmente. Potrebbero venir chiuse anche le scuole.

Non possiamo predire quanto verrà colpito l'Ontario fino a quando non sappiamo quanto forte sarà il virus.

Le pandemie possono colpire e uccidere i giovani adulti sani.

7. Chi è più a rischio?

Tutti corriamo il rischio di contrarre il virus dell'influenza pandemica. L'influenza pandemica si diffonderà molto più velocemente dell'influenza comune perché ben pochi residenti dell'Ontario ne saranno immuni. Alcune categorie, come ad esempio i bambini e gli anziani, saranno più a rischio di altre di ammalarsi seriamente o morire.

Ma tutti devono stare attenti ed essere preparati. L'influenza pandemica del 1918 e 1919 ha infettato e ucciso soprattutto giovani sani tra i 20 e 30 anni.

Non sapremo con sicurezza chi è più a rischio fino a quando non avremo più informazioni sul virus.

8. Quante persone si ammaleranno? Di quali tipi di cure avranno bisogno?

- Del 35% di persone che si pensa contrarranno l'influenza pandemica, circa la metà dovrà andare dal medico di famiglia o da un'infermiera. L'altra metà avrà bisogno di informazioni e consigli per potersi curare a casa.
- A seconda della gravità dei sintomi, altri avranno bisogno di essere ricoverati in ospedale per essere curati.

9. Quando sarà disponibile una cura per l'influenza pandemica?

Esistono dei farmaci chiamati antivirali che possono curare l'influenza, ma perché siano efficaci devono essere presi prestissimo, prima di ammalarsi, a volte prima che si verifichino i sintomi.

Al momento l'Ontario ha una riserva di farmaci antivirali per la provincia.

Nel caso di una pandemia, sapremo se la scorta di farmaci antivirali in Ontario funzionerà solo quando avremo più informazioni sulla varietà specifica del virus. Il numero di persone che

saremo in grado di curare dipenderà dalle scorte di farmaci al momento.

10. Quando sarà disponibile il vaccino per l'influenza pandemica?

Una volta che gli scienziati analizzeranno il virus dell'influenza pandemica possiamo cominciare a produrre il vaccino per curare i residenti dell'Ontario.

Quanto prima avremo informazioni sulla varietà specifica del virus dell'influenza, tanto più velocemente potremo produrre il vaccino che aiuterà a prevenire la diffusione della malattia. È importante ricordare che servirà del tempo per fare questo, ma la difesa migliore prima di tutto è essere preparati per un'epidemia.

Seguire una accurata igiene delle mani è il modo migliore per prevenire tutti i virus dell'influenza.

11. Come posso proteggere me stesso e la mia famiglia dall'influenza pandemica?

Se l'influenza pandemica si diffonde in Ontario, potete ridurre il rischio di ammalarvi facendo le stesse cose che fate per proteggervi dall'influenza comune:

- Fare il vaccino antinfluenzale ogni anno. Il vaccino non vi proteggerà dal virus dell'influenza pandemica, ma vi proteggerà dall'influenza comune che potrebbe indebolire il vostro sistema immunitario o la resistenza all'influenza pandemica.
- Lavare bene le mani con acqua e sapone spesso. Una buona igiene delle mani è il modo migliore per prevenire la diffusione dei virus dell'influenza.
- Tenere un gel o delle salviettine disinfettanti a base di alcol al lavoro, a casa e in macchina.
- Coprirvi la bocca e il naso con un fazzolettino quando tossite o starnutite.
- Stare a casa se state male.
- Evitare i luoghi troppo affollati dove i virus possono diffondersi facilmente.
- Evitare di viaggiare se non è necessario.
- Seguire le istruzioni date dagli ufficiali di sanità pubblica.

12. Cosa sta facendo il sistema sanitario per proteggerci da una pandemia?

L'Ufficiale sanitario in capo (Chief Medical Officer of Health) e il Ministero della sanità e delle cure a lungo termine (Ministry of Health and Long-Term Care) stanno lavorando con le unità di sanità pubblica locale, gli assistenti sanitari primari, gli ospedali, le case di cura, i fornitori di cure a domicilio, tutte le sezioni del sistema sanitario, per prepararsi ad una pandemia. Il nostro obiettivo è quello di limitare la diffusione dell'influenza pandemica e fornire servizi sanitari ai residenti dell'Ontario che ne avranno bisogno.

Ecco cosa stiamo facendo:

- *stiamo monitorando* l'influenza in Ontario e nel resto del mondo;
- *stiamo facendo scorta* di farmaci antivirali e attrezzature;
- *stiamo preparando* sistemi di distribuzione in modo da poter distribuire velocemente i farmaci e l'attrezzatura protettiva dove ce ne sarà bisogno;
- *stiamo sviluppando piani di emergenza* in modo da massimizzare il numero di fornitori sanitari e di strutture in grado di prestare le cure necessarie;
- *stiamo preparando informazioni* per il pubblico e i fornitori sanitari;
- *stiamo facendo in modo* di poter fornire una gran quantità di vaccini velocemente non appena ne è stato preparato uno.

Abbiamo preparato dei sistemi di comunicazione che sono focalizzati, tempestivi e accurati in modo da poter fornire aggiornamenti regolari a tutti i residenti dell'Ontario su come proteggersi e curarsi e prendersi cura delle loro famiglie.

Se desiderate avere ulteriori informazioni sulle pandemie o sui piani in caso di pandemia in Ontario, andate al sito www.health.gov.on.ca