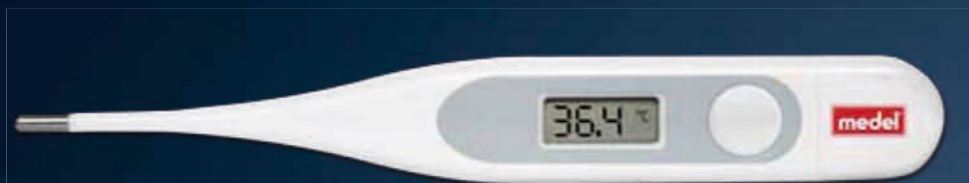


Porta nella tua farmacia Farmagruppo il tuo vecchio termometro al mercurio; in cambio ne riceverai, gratuitamente, uno digitale.



Dal 3 aprile scorso il vecchio, caro termometro a mercurio, che tutti abbiamo avuto in casa ed utilizzato moltissime volte, non può più essere in circolazione.

Il mercurio è una sostanza altamente tossica e pericolosa. Se infatti è disperso nell'ambiente inquina aria, acqua e di conseguenza la catena alimentare. E sull'uomo, anche in dosi molto basse, può causare gravi danni. Chi ancora possiede un termometro a mercurio deve fare attenzione: in caso di rottura, non bisogna assolutamente inalare il contenuto che fuoriesce né mettere in contatto il metallo liquido con ferite sulla pelle di qualsiasi tipo. Potete buttarlo nell'apposito contenitore per i farmaci scaduti.



In collaborazione con



**MASSIMA CREATINA, MINIMO SFORZO.**



L'energia di **3g** di creatina



**Neovis sport**



**Neovis sport:** prodotto dietetico per sportivi a base di sali minerali, aminoacidi, creatina e antiossidanti.

Aiuta a contrastare la fatica conseguente all'attività fisica, favorendo il recupero dell'energia e della funzione muscolare.

**ESISTONO MOLTE SPECIE DI INFLUENZA L'IMPORTANTE E' RICONOSCERLE**



Quest'anno sentiamo parlare spesso di influenza, delle sue possibili conseguenze sulla nostra salute e sulla nostra vita, delle misure da prendere per proteggerci e per curarsi.

E' quindi necessario avere le informazioni giuste sull'argomento.

Testi in collaborazione con il Prof. Giovanni Di Perri,  
Infettivologo Università di Torino

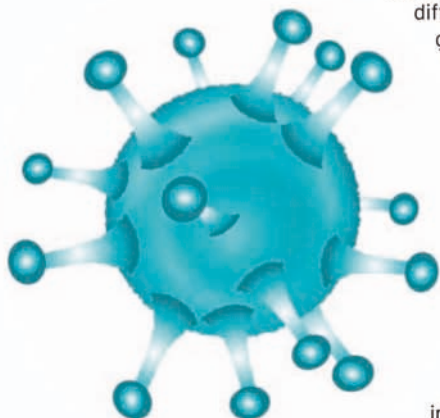
## I virus

I virus sono microorganismi capaci di generare malattie nel genere umano ed animale: possono causare malattie infettive e vanno distinti da altri microorganismi responsabili di infezioni, quali batteri, funghi e parassiti. I virus dell'influenza colpiscono l'apparato respiratorio umano: specificamente le cellule delle alte vie respiratorie (trachea e bronchi), danneggiando, seppur transitoriamente, le mucose che sono a contatto con l'aria, che viene canalizzata in direzione delle parti profonde dei polmoni.

### I virus influenzali

Possiamo distinguere tre tipi di virus influenzali, A, B e C. I virus dell'influenza A sono responsabili dei maggiori fenomeni di diffusione fra gli abitanti della terra, e a questi virus vengono appunto attribuite le cosiddette pandemie, cioè le diffusioni su scala mondiale delle epidemie influenzali. Queste normalmente accadono a distanza di decenni l'una dall'altra, e dipendono principalmente dall'emersione o ri-emersione di un virus dalle caratteristiche sostanzialmente diverse rispetto ai virus influenzali degli ultimi anni (e verso il quale una buona parte della popolazione non ha ancora sviluppato un'immunità protettiva). Fra una pandemia e l'altra passano molti anni: in questo tempo i soggetti più anziani sono stati sostituiti da una popolazione più giovane, che mai è venuta a contatto con il virus responsabile della pandemia. Le epidemie sono invece fenomeni di diffusione di virus influenzali a periodicità generalmente annuale e sono maggiormente circoscritti da un punto di vista geografico.

Più raramente anche i virus influenzali di tipo B possono causare epidemie, mentre i virus di tipo C danno luogo a forme di malattia più lievi e non ad epidemie su larga scala. La struttura dei virus muta, anche a causa di ricombinazioni con virus di origine animale, in particolare virus influenzali delle specie aviarie e suine. Ciò evidentemente avviene quando l'uomo entra in contatto con questi ospiti animali, i virus dei due versanti vengono in contatto, permettendo lo sviluppo di virus a struttura mista, con parti di origine umana e parti di origine animale. Tali combinazioni sono alla base delle modifiche maggiori nella struttura del virus, e si rendono responsabili in particolare delle pandemie, mentre mutamenti minori, che spontaneamente avvengono nei virus influenzali umani, sono alla base della variabilità della struttura dei virus legati all'influenza stagionale.



## L'influenza

### Come si trasmette

I virus vengono eliminati con il respiro all'interno di minuscole goccioline, che sono capaci di rimanere sospese in aria per diversi minuti. Condividere lo stesso ambiente, e quindi la stessa aria, di persone infette crea le condizioni per individui ancora sani di infettarsi semplicemente respirando.

Lo stesso contatto casuale delle mani - che involontariamente portiamo a bocca e occhi - con superfici ove le goccioline contenenti il virus si sono depositate può contribuire al contagio. Semplice consiglio: **non trascurare una frequente e scrupolosa igiene delle mani.**

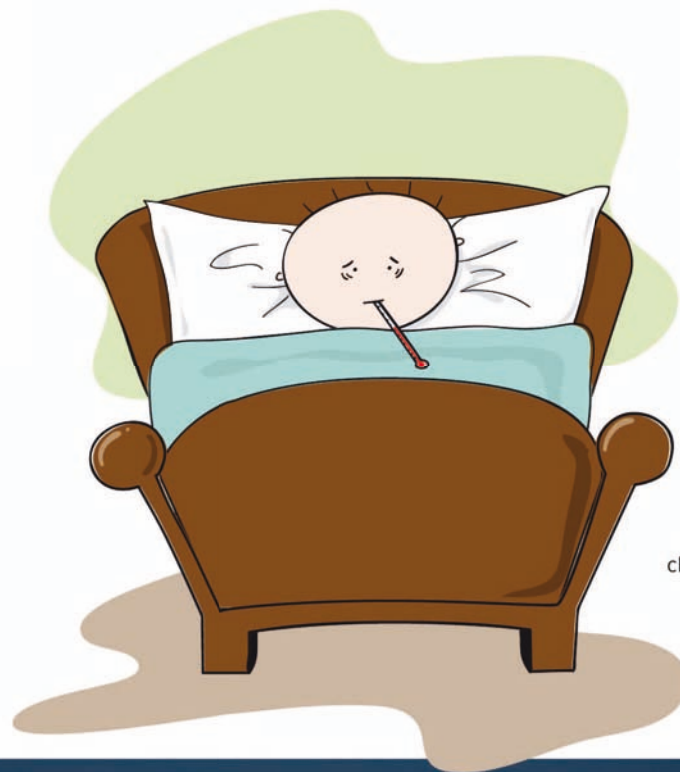


### Quali sono le conseguenze cliniche

L'influenza si caratterizza principalmente per febbre, talvolta elevata, tosse con senso di irritazione alle prime vie aeree ed un senso di malessere generale, dolori muscolari diffusi.

Più raramente, e soprattutto in persone che già soffrono di altre malattie, in particolare a carico dell'apparato cardiovascolare e respiratorio, la malattia acquisisce caratteristiche di maggiore gravità.

I danni, pur transitori, che si verificano a carico della superficie della trachea e dei bronchi, indeboliscono queste strutture e i meccanismi di difesa di cui sono dotate, motivo per cui le alterazioni indotte dal virus possono progredire addirittura in polmoniti. A ciò si aggiunge la possibilità che su un apparato respiratorio già danneggiato dall'azione del virus influenzale possano sovrapporsi infezioni batteriche. E' questo il motivo principale della prescrizione di antibiotici che il medico effettua.



## La suina e l'aviarica

### Cos'è l'influenza suina (AH1N1)?

La cosiddetta influenza suina prende il nome dal fatto che il virus che ne è responsabile deriva dalla ricombinazione di un virus umano ed un virus proveniente dai maiali. E' un virus contro il quale l'umanità si è già confrontata, nel 1918 e in misura minore nel 1977. Nel frattempo la composizione della popolazione mondiale ha progressivamente perso chi poteva avere avuto in passato un contatto con il virus e quindi poteva aver sviluppato una qualche forma di difesa. La popolazione attuale è quindi numericamente più vulnerabile all'influenza suina rispetto all'influenza stagionale. Il fatto che nei paesi in cui l'influenza suina si è già diffusa ne siano stati colpiti soprattutto giovani è verosimilmente spiegabile tenendo conto della maggiore possibilità che i più anziani siano venuti in contatto con altri virus simili (H1N1) in passato e che a loro sia rimasto un qualche grado di protezione. Beninteso che si tratta non di una maggiore vulnerabilità ad ammalarsi gravemente di influenza, ma bensì della possibilità che un maggior numero di persone si ammali rispetto a quanto avviene ogni inverno.



### Che differenza c'è fra l'influenza suina e l'aviarica?

L'influenza aviaria (H5N1), che ancora circola in vari paesi del mondo - dove vi è stretto e prolungato contatto fra l'uomo ed alcune specie aviarie (pollame in particolare) - presenta di fatto una gravità media ben superiore all'influenza stagionale e alla stessa suina: il rischio di sviluppare forme cliniche gravi e potenzialmente letali è molto maggiore.

Il limite dell'influenza aviaria è rappresentato dal fatto che non si trasmette fra esseri umani, ma a quest'ultimi giunge solo da un prolungato e stretto contatto con specie aviarie. Ricordiamoci che così come a nessun titolo ci si può ammalare di influenza suina mangiando carne di maiale, allo stesso modo non ci si ammala di influenza aviaria consumando piatti a base di pollo o altre specie aviarie.

### Come ci si può proteggere

Vi sono delle norme generiche di comportamento, sostanzialmente basate sul buon senso, che ci inducono ad evitare contatti con chi si è già ammalato, a proteggere gli individui più fragili evitando a questi di frequentare aree sovraffollate, ove il rischio di contagio può essere maggiore. Il rispetto delle norme igieniche elementari è quanto in nostro potere per ridurre il rischio di contagio. Per il resto disponiamo di un vaccino, sicuro ed efficace secondo le più accreditate norme di allestimento dei preparati vaccinali, la cui distribuzione è iniziata a partire dal personale di assistenza medica e che proseguirà secondo criteri di priorità convenzionali.

