

# INFLUENZA

Conoscere bene per prevenire meglio

## Come riconoscerla

### I SINTOMI



Tosse, mal di gola, congestione nasale



Febbre



Mal di testa



Inappetenza



Dolori muscolari o articolari

I sintomi respiratori (tosse, mal di gola, congestione nasale) possono presentarsi anche in caso di raffreddore, senza aver contratto il virus dell'influenza. Il raffreddore, causato da un virus diverso da quello influenzale, in generale ha effetti minori e non porta a complicanze gravi.

## I rischi

### LE COMPLICANZE

- disidratazione
- polmoniti batteriche
- peggioramento di malattie preesistenti (diabete, malattie immunitarie, cardiovascolari e respiratorie croniche)
- sinusiti e otiti
- miocarditi
- encefalopatie
- decesso

Soggetti maggiormente a rischio di complicanze



Anziani (over 65)



Donne in gravidanza



Malati cronici



## Come si trasmette

### IL CONTAGIO



40.000 Goccioline in aria

velocità 320km/h



3.000 Goccioline in aria

volume 2L di aria

In media



ogni malato contagia altre 1-2 persone

Durata

Incubazione 1-3 giorni

Comparsa dei sintomi

Malattia 3-7 giorni

Guarigione

Periodo di contagio

da 24 ore prima della comparsa dei sintomi fino a 7 giorni dall'inizio della malattia

## Come si previene

### IL VACCINO



MASSIMA PROTEZIONE CONTRO L'INFLUENZA

SINTOMI MENO FORTI IN CASO DI MALATTIA

COMPLICANZE GRAVI MINIME

### BUONE ABITUDINI



Lavarsi spesso le mani



Coprirsi la bocca prima di tossire



Restare a casa ed evitare contatti



Usare la mascherina in ambienti sanitari