



**A.S.L. NO**

Azienda Sanitaria Locale  
di Novara

Sede Legale: viale Roma, 7 – 28100 Novara

Tel. 0321 374111 – fax 0321 374519

[www.asl.novara.it](http://www.asl.novara.it)

Prot. n. \_\_\_/\_\_\_/PR.CA.E

Novara, 29 ottobre 2014

**PROTEGGI TE STESSO E GLI ALTRI**  
**Vaccinati contro l'influenza!**  
**Pronti e via alla vaccinazione antinfluenzale 2014/2015**

Con l'arrivo della stagione invernale si ripropongono alcuni rischi per la nostra salute legati alla circolazione di microbi. Tra questi, **i virus influenzali**, in grado di provocare gravi complicanze, soprattutto nelle persone più deboli.

L'influenza ogni anno colpisce un rilevante numero di persone (l'anno scorso in Piemonte si sono registrati circa 500.000 casi, soprattutto in bambini). Si manifesta come un'infezione respiratoria acuta (con malessere generale, febbre oltre i 38° C, mal di gola, tosse, abbondanti secrezioni nasali) e può avere conseguenze nei soggetti a rischio di complicazioni (soprattutto anziani e pazienti affetti da malattie croniche debilitanti e malati cronici).

Essendo una malattia stagionale può anche provocare, al momento del picco epidemico, l'intasamento dei servizi sanitari (visite mediche, accessi al pronto soccorso e ricoveri in ospedale) e determinare un alto numero di assenze lavorative e scolastiche.

Per questo è importante prevenire le conseguenze più gravi dell'influenza, innanzitutto attraverso la vaccinazione che è **il mezzo più efficace e sicuro per prevenire la diffusione dell'influenza e le sue complicazioni**.

La vaccinazione contro l'influenza è gratuita per le persone con più di 64 anni di età e per coloro che soffrono di malattie croniche ad alto rischio di complicazioni [malattie croniche dell'apparato circolatorio, respiratorio; con malattie metaboliche (es. diabetici, persone affette da malattie renali e di tipo immunologico ecc); malattie congenite o acquisite che comportino carente produzione di anticorpi, immunosoppressione indotta da farmaci (pazienti oncologici) o da HIV; malattie infiammatorie croniche a livello intestinale; malattie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici]. E' inoltre garantita alle donne che sono nel secondo/terzo trimestre di gravidanza durante la stagione epidemica di influenza; al personale di assistenza o contatti familiari di soggetti ad alto rischio; alle persone addette ad attività lavorative di particolare interesse collettivo (vigili del fuoco, polizia, insegnanti, ecc.); alle persone che per motivi di lavoro sono a contatto con animali che potrebbero costituire fonte di infezione da virus influenzali non umani.

**La vaccinazione deve essere ripetuta tutti gli anni**, in quanto i virus dell'influenza cambiano le loro caratteristiche antigeniche molto velocemente e, quindi, ogni anno cambia la composizione del vaccino che conferisce una protezione.

L'ASL NO promuove la campagna di vaccinazione antinfluenzale **che inizierà lunedì 3 novembre 2014 e continuerà fino alla fine di dicembre c.a.** garantendo, soprattutto attraverso l'impegno dei Medici di Medicina Generale (medici di famiglia), la somministrazione gratuita del vaccino ai soggetti a rischio.

I medici di medicina generale e i pediatri di famiglia del Piemonte sono a disposizione per fornire ai propri pazienti tutte le raccomandazioni necessarie, consigliare la vaccinazione ai soggetti a rischio e informare sull'organizzazione della campagna di vaccinazione 2014.

**Per combattere l'influenza e il raffreddore è importante anche osservare uno stile di vita corretto, ecco alcuni suggerimenti:**

- *lavarsi molto frequentemente le mani con acqua e sapone;*
- *coprire bocca e naso quando si starnutisce o tossisce, trattare i fazzoletti;*
- indossare abiti che permettono di trattenere il calore del corpo (cotone e la seta e, sopra, la lana);
- fuori casa proteggersi, nelle giornate fredde e ventose, con sciarpe di lana o anche di seta,
- vestirsi "a cipolla" (a strati), per liberarsi eventualmente di una parte degli abiti entrando in un luogo riscaldato;
- umidificare gli ambienti;
- durante l'influenza occorre seguire una dieta liquida con spremute, succhi di frutta e verdura.

**Ufficio Stampa**

Programmazione Controllo Attività Esterne  
Azienda Sanitaria Locale ASL NO



[www.regione.piemonte.it](http://www.regione.piemonte.it)

**Comunicato n. 40/2014;** ASL NO - S.s.v.Dip. Programmazione e Controllo delle Attività Esterne - Responsabile Dott. Paolo Garavana

Via dei Mille, 2 - 28100 Novara: tel. 0321 374573; fax 0321 374538; email: [procae@asl.novara.it](mailto:procae@asl.novara.it)

Istruttore pratica: Elena Vallana/dottore in scienze della comunicazione e giornalista pubblicista; dott.ssa Marzia Barengo/Dirigente Medico SISIP