

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 7 - numero 1154 di martedì 04 gennaio 2005

Prevenzione per i soccorritori

Dal Ministero della Salute le indicazioni sanitarie destinate agli operatori che si recano nelle zone colpite dal maremoto. Utili consigli pratici anche per disinfettare l'acqua, per preparare una soluzione reidratante.

Publicità

Soccorritori italiani sono già partiti alla volta del Sud-Est asiatico e altri ne partiranno nelle prossime settimane per portare il loro contributo per far fronte all'emergenza di salute pubblica creatasi in seguito al maremoto.

La situazione, come è noto, presenta rischio di epidemie; il Ministero della salute ha emanato, quindi, alcune indicazioni sanitarie destinate agli operatori che si recano nelle zone colpite.

Le indicazioni riguardano non solo la profilassi vaccinale, ma forniscono anche norme di comportamento e consigli pratici fondamentali per la prevenzione di malattie. Sono tra l'altro fornite indicazioni sulla prevenzione delle malattie trasmesse dagli alimenti, misure di prevenzione personale dagli insetti, suggerimenti per la preparazione, in ambito domestico, di una soluzione reidratante e per la preparazione della soluzione disinfettante ad uso domestico.

Queste ultime indicazioni potrebbero essere utili anche in altri contesti di emergenza, ad esempio, in tutte quelle situazioni nelle quali non si è certi della sicurezza di cibi e bevande.

Tra le coperture vaccinali raccomandate, ad esempio, vi sono quella antitetanica, antimalarica, antitifica, antipoliomelitica, antiepatite A e Antiepatite B. Non è invece consigliata la vaccinazione contro il colera.

Le indicazioni sono state fornite dalla Direzione generale della prevenzione sanitaria Ufficio V -Malattie infettive e profilassi internazionale - CCM (Centro nazionale prevenzione e controllo delle malattie) e pubblicate sul sito del Ministero; ne riportiamo integralmente il contenuto.

Vaccinazioni

In relazione alla prestazione di aiuti umanitari nell'area del Sud-Est asiatico colpita dal maremoto, il Ministero fornisce le indicazioni per la profilassi vaccinale antitetanica, antipolio, antitifica, antiepatite A, antiepatite B, per la chemioprophilassi antimalarica in persone dirette verso l'area suddetta:

- vaccinazione antitetanica: avvio ciclo in soggetti mai vaccinati in precedenza, ovvero richiamo in soggetti vaccinati con ciclo completo, qualunque sia il tempo trascorso dall'ultima dose, mediante il vaccino antidiftotetanico formulazione adulti. Un richiamo ad intervallo inferiore a quello abitualmente raccomandato copre necessità di profilassi antitetanica post-esposizione in situazioni di presumibile indisponibilità di vaccino o di immunoglobuline specifiche;
- vaccinazione antipoliomielitica: informazioni dell'OMS aggiornate a dicembre 2004 riportano che circa il 10% dei casi mondiali di poliomielite da virus selvaggio si sono verificati in India (gli ultimi a novembre 2004). Per chi si rechi in quelle zone è comunque indicato un richiamo/dose unica di vaccino antipolio inattivato potenziato, a prescindere dallo stato vaccinale, in soggetti di età superiore ai 40 anni;
- vaccinazione antiepatite A in soggetti con anamnesi negativa, con vaccino da 1440 unità elisa ovvero 160 unità antigeniche, da completare con dose di rinforzo a distanza di sei - dodici mesi;
- vaccinazione antiepatite B in soggetti con anamnesi negativa, da completare a tempi previsti dal vigente calendario;
- vaccinazione antitifica in soggetti mai vaccinati o vaccinati da più di tre anni.

Le suddette vaccinazioni possono essere somministrate simultaneamente.

La vaccinazione anticolerica non è raccomandata.

La vaccinazione antimeningococcica non è indicata al momento.

Si rammenta l'opportunità di fornire alle persone dirette nell'area del Sud-Est asiatico indicazioni circa le misure generali per la profilassi delle malattie oro-fecali. Alcuni dei paesi interessati dal maremoto sono zone endemiche per malaria e dengue, per cui si raccomanda di osservare le misure di prevenzione personale dagli insetti.

Per la profilassi antimalarica, a seconda della zona di destinazione, il farmaco raccomandato è diverso; in particolare, relativamente ai paesi maggiormente interessati dalla crisi:

-Thailandia: doxiciclina (solo al confine con Cambogia e Myanmar)

-India: cloroquina + proguanil

-Srilanka: cloroquina + proguanil

-Malaysia: meflochina

-Maldive: nessuna indicazione

-Myanmar: meflochina; doxiciclina nella parte orientale del paese.

Si sottolinea che nessun regime chemioprolattico antimalarico garantisce una protezione completa. Si raccomanda, pertanto, di osservare le succitate misure di prevenzione personale dagli insetti. Si rimette alle istituzioni e associazioni che organizzano le missioni di valutare l'opportunità di ulteriori indicazioni per la profilassi immunitaria o la necessità di una dotazione minima di farmaci essenziali, quale scorta di primo intervento per trattamento in loco di eventuali patologie infettive.

Le regole per prevenire le malattie trasmesse dagli alimenti

Bisogna ricordare che spesso la presenza di microrganismi pericolosi non è evidente; gli alimenti contaminati, infatti, possono mantenere le loro solite caratteristiche di colore, odore e sapore. Consumare un alimento solo perché ha un bell'aspetto non è una garanzia di cibo sano e non è sufficiente a evitare rischio di infezioni per chi lo ingerisce. Adottare, nella vita di tutti i giorni, una serie di comportamenti corretti, che non alterino il modo di vivere e non abbiano peso economico, serve a ridurre il rischio di contrarre numerose malattie.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha indicato in 10 punti la base della prevenzione delle malattie trasmesse dagli alimenti:

1. scegliere i prodotti che abbiano subito trattamenti idonei ad assicurarne l'innocuità (ad esempio, il latte pastorizzato o trattato ad alte temperature);
2. cuocere bene i cibi in modo che tutte le parti, anche le più interne, raggiungano una temperatura di almeno 70°C;
3. consumare gli alimenti immediatamente dopo la cottura;
4. gli alimenti cotti, se non vengono consumati subito, vanno immediatamente conservati in frigorifero; la permanenza nel frigorifero dev'essere limitata; se il cibo dev'essere conservato per lungo tempo è preferibile surgelarlo;
5. i cibi precedentemente cotti vanno riscaldati rapidamente e ad alta temperatura prima del consumo;
6. evitare ogni contatto fra cibi crudi e cotti;
7. curare particolarmente l'igiene delle mani per la manipolazione degli alimenti;
8. fare in modo che tutte le superfici della cucina, gli utensili e i contenitori siano accuratamente puliti;
9. proteggere gli alimenti dagli insetti, dai roditori e dagli altri animali;
10. utilizzare solo acqua potabile.

Suggerimenti per la preparazione della soluzione disinfettante ad uso domestico

Una buona soluzione disinfettante ad uso domestico può essere ottenuta diluendo 1 cucchiaino da tavola di comune varechina in 1 litro d'acqua. La soluzione risultante può essere utilizzata per la disinfezione di posate, stoviglie ed altri utensili, di servizi igienici e di biancheria e può essere usata anche per disinfettare frutta e verdura da consumare crude, che dovranno comunque essere abbondantemente risciacquate con acqua sicura (bollita o disinfettata in altro modo) prima di essere consumate. La comune varechina può essere usata anche per "disinfettare" l'acqua da bere: in questo caso, per evitare sapori sgradevoli, il quantitativo da usare è un cucchiaino da tè in un litro d'acqua. La soluzione così preparata deve essere lasciata riposare per circa un'ora prima del consumo. In commercio sono disponibili preparati per la disinfezione in ambito domestico di acqua e altri potenziali veicoli di infezione.

Suggerimenti per la preparazione, in ambito domestico, di una soluzione reidratante

La soluzione può essere preparata nel seguente modo:

? 3,5 grammi di sale da cucina (circa un cucchiaino da caffè)

? 40 grammi di zucchero (due cucchiaini da tavola colmi)

? 2,5 grammi di bicarbonato (un cucchiaino da caffè, raso)

? 1 grammo di cloruro di potassio (un cucchiaino da caffè, raso) sciolti in un litro di acqua (minerale, bollita o disinfettata chimicamente).

Misure di prevenzione personale dagli insetti

Si consiglia di:

- evitare, se possibile, di uscire tra il tramonto e l'alba;
 - indossare abiti di colore chiaro (i colori scuri e quelli accesi attirano gli insetti), con maniche lunghe e pantaloni lunghi, che coprano la maggior parte del corpo;
 - evitare l'uso di profumi (potrebbero attirare gli insetti);
 - applicare sulla cute esposta repellenti per insetti a base di n, n-dietil-n-toluamide o di dimetil-ftalato, ripetendo se necessario, ad esempio in caso di sudorazione intensa, l'applicazione ogni 2-3 ore; i repellenti per gli insetti ed insetticidi a base di piretroidi possono essere spruzzati anche direttamente sugli abiti;
 - alloggiare preferibilmente in stanze dotate di condizionatore d'aria ovvero, in mancanza di questo, di zanzariere alle finestre, curando che queste siano tenute in ordine e ben chiuse;
 - usare zanzariere sopra il letto, rimboccando i margini sotto il materasso, verificandone le condizioni e che nessuna zanzara sia rimasta all'interno. È molto utile impregnare le zanzariere con insetticidi a base di permetrina;
 - spruzzare insetticidi a base di piretro o di permetrina nelle stanze di soggiorno e nelle stanze da letto, oppure usare diffusori di insetticida (operanti a corrente elettrica - in tal caso, informarsi del voltaggio della corrente elettrica del paese in cui ci si reca e del tipo di spina utilizzata per poter provvedere all'acquisto di un adattatore - o a batterie), che contengano tavolette impregnate con piretroidi (ricordarsi di sostituire le piastrine esaurite) o le serpentine antizanzare al piretro.
- In particolare, il prodotto repellente deve essere applicato soltanto sulle parti scoperte; non deve essere inalato o ingerito, o portato a contatto con gli occhi; non deve essere applicato su cute irritata o escoriata; deve essere evitata l'applicazione di prodotti ad alta concentrazione, in particolar modo per quanto riguarda i bambini; le superfici cutanee trattate vanno lavate immediatamente dopo il ritorno in ambienti chiusi o al manifestarsi di sintomi sospetti (prurito, infiammazione), per i quali è opportuno consultare immediatamente un medico.

I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.

www.puntosicuro.it