

**Così ci  
proteggiamo**



# Le informazioni principali sull'influenza stagionale

## Cos'è l'influenza?

La «vera» influenza è una malattia infettiva delle vie respiratorie, provocata da virus dell'influenza che circolano prevalentemente nei mesi freddi da dicembre a marzo. Tipico dell'influenza è l'insorgenza di una sua epidemia nei mesi invernali, ovvero una sua forte diffusione delimitata nello spazio e nel tempo (ondata di influenza). L'influenza vera e propria, diversamente da tante malattie virali da raffreddamento più lievi, può anche avere conseguenze fatali.

## Come si manifesta l'influenza?

L'influenza viene spesso scambiata per un raffreddore, ma può anche essere scambiata per la malattia COVID-19.

Le caratteristiche tipiche dell'influenza sono le seguenti:

- la comparsa improvvisa e repentina dei sintomi con malessere e brividi;
- febbre sopra i 38 °C;
- tosse (inizialmente secca);
- mal di testa;
- dolori muscolari e articolari;
- stanchezza, vertigini;
- occasionalmente raffreddore, mal di gola e dolori di deglutizione.

L'influenza può anche avere un decorso blando e comportare solo sintomi lievi.

## Comparazione alle malattie da raffreddamento e alla COVID-19

Molte malattie da raffreddamento causano sintomi differenti da quelli dell'influenza. Le caratteristiche tipiche di una malattia da raffreddamento sono per esempio raffreddore, mal di gola, dolori di deglutizione, occhi arrossati e nei bambini spesso anche febbre.

La COVID-19 presenta sintomi simili a quelli dell'influenza. Entrambe possono causare gravi complicazioni che a volte possono mettere in pericolo la vita, mentre nel caso di una malattia da raffreddamento le complicazioni gravi sono un'eccezione.

## Come mi proteggero dall'influenza?

Una vaccinazione permette di proteggersi contro l'influenza in inverno. Il vaccino antiinfluenzale protegge solo dalla «vera» influenza e non dalla COVID-19 e dalle malattie da raffreddamento tipiche della stagione invernale. La vaccinazione anti-COVID-19 non protegge dall'influenza.

Il vaccino antiinfluenzale può essere somministrato allo stesso tempo, prima o dopo la vaccinazione anti-COVID-19; chiedete consiglio al vostro medico o al vostro farmacista.

Attenersi alle raccomandazioni generali di igiene e comportamento aiuta a ridurre il rischio di contrarre un'affezione influenzale o altri virus.

## Cosa fare quando si sospetta di avere l'influenza?

Se avvertite sintomi di raffreddore o dell'influenza, restate a casa o, se siete al lavoro, a scuola ecc., tornate a casa al più presto. In tal modo evitate di diffondere la malattia.

Evitate il contatto con altre persone, soprattutto con coloro ad alto rischio di complicazioni dovute all'influenza. Bevete tanto e riposatevi.

I medicinali per il dolore e la febbre possono alleviare i sintomi; chiedete consiglio al vostro medico o al vostro farmacista.

Le persone di 65 anni e più, le donne incinte e le persone che soffrono di una malattia cronica dovrebbero seguire attentamente il decorso dell'influenza e in caso di problemi contattare immediatamente il medico.