



## LA SINDROME INFLUENZALE

LA SINDROME INFLUENZALE E' UNA INFEZIONE VIRALE BENIGNA. I SINTOMI SONO FEBBRE OLTRE 38,5°, MAL DI GOLA, DOLORI MUSCOLARI E OSSEI, MAL DI TESTA, STANCHEZZA, NAUSEA.... LA FEBBRE E' UNA REAZIONE DI DIFESA DELL'ORGANISMO.

### Cosa bisogna fare

- 1) Contrastare i sintomi perchè ancora non ci sono farmaci sicuri ed efficaci contro i virus;
- 2) Stare a riposo e bere molta acqua (se non c'e' vomito)
- 3) Fare per tempo il vaccino antiinfluenzale (per chi è indicato)

### Alcuni consigli

- 1) **NON PRENDERE** antibiotici in quanto non uccidono i virus. Infatti gli antibiotici incontrano i virus nel sangue "li salutano: buongiorno, i virus rispondono: buongiorno" e ognuno se ne va per la sua strada, perché gli antibiotici non conoscono i virus come nemici e quindi non li uccidono. In più se l'antibiotico si prende per poco tempo (senza la corretta indicazione del medico) i batteri (che non danno l'influenza) ma che si trovano in quel momento nel sangue non muoiono ma rimangono "stupidisciuti" e dopo la fine dell'assunzione dell'antibiotico si riprendono e così diventano resistenti agli antibiotici.
- 2) **NON SERVE** abbassare a tutti i costi la febbre a 37° in quanto non cambierebbe la durata della malattia che è da tre a sette giorni. La febbre è una reazione positiva dell'organismo che con l'aumento della temperatura del corpo cerca di limitare la crescita del virus nel sangue, a 37° di febbre il virus cresce bene e si duplica nel sangue a 38,5° di febbre non cresce bene e si duplica con difficoltà. La febbre si deve abbassare nei bambini piccoli che hanno avuto le convulsioni febbrili.



### A cosa bisogna stare attenti

Alle complicanze che per fortuna sono molto rare e non insorgono nei primi giorni di malattia



**Si ringrazia l'Associazione Medici di Famiglia di Catanzaro "ME.DI.ASS" che ha realizzato l'opuscolo.**