

● Settimanale di salute e bellezza

€ 1,00 (in Italia)

viversani

& bell

Y GA
gli esercizi
anti-stress

insonnia
COME DORMIRE
BENE IN ESTATE

FI RI
quali sono
buoni da
mangiare

**acqua del
rubinetto**
È TUTTA
DA BERE?

dieta golosa
non rinunciare al gelato

**pelle
al sole**
LE RISPOSTE
AI DUBBI

25 luglio 2003

3.003.0

Un virus a fior di labbra

Herpes simplex: ce l'hanno 9 persone su 10, ma molte non lo sanno. Ecco come riconoscerlo

La nota "febbre delle labbra" colpisce circa il 90% della popolazione, e resta silenziosa (latente) e innocua anche per molto tempo. Ma, non appena le difese dell'organismo si abbassano, o si prende il sole

senza un'adeguata protezione, il virus dell'Herpes simplex si risveglia e riempie le labbra di vescichette dolorose. Si tratta di un microrganismo che, dopo essere venuto a contatto con una persona

una prima volta, è destinato a ripresentarsi ancora nel corso della vita e non è possibile eliminarlo del tutto. Ma limitarne gli effetti si.



Si trasmette per contatto

Il virus dell'Herpes simplex 1 si trasmette **per contatto**, tramite le goccioline di saliva e, nella maggior parte dei casi, la prima infezione si contrae durante l'infanzia, senza che ciò causi alcun disturbo.

● Successivamente, l'infezione si manifesta con una serie di **piccole vescicole sulle labbra**, fastidiose e pungenti, la cosiddetta "febbre delle labbra".

● Invece, altre volte la malattia si manifesta sotto forma di una **semplice influenza**.

● Oppure può comparire in seguito a un'**infezione delle gengive o della mucosa della bocca**, nonché a carico delle **tonsille**. In questi casi, **la bocca diventa arrossata**, si ricopre di piccole ulcere molto dolorose, mentre **le tonsille si rivestono di fastidiose placche** che rendono difficoltosa persino la deglutizione.

● Più raramente, la malattia

può **estendersi al viso**, dando luogo alla comparsa di vescicole o di eritemi.

● In genere, queste infezioni **scompaiono da sole**, senza lasciare alcuna traccia.

● Tuttavia, esse hanno quasi sempre la **tendenza a ricomparire**, anche molto tempo dopo.

Resta nascosto dentro l'organismo

Una volta guariti dall'infezione, il virus non viene eliminato dall'organismo, ma **si rifugia a livello dei gangli del sistema nervoso**, piccoli organi che si trovano lungo i nervi, e rimane latente e inoffensivo anche per anni.

● In seguito a particolari situazioni, il virus si "**risveglia**", abbandona i gangli dove si era rifugiato, giunge fino alle estremità dei nervi e diventa di nuovo attivo.

● I possibili meccanismi capaci di favorire il distacco dell'Herpes simplex 1 dai gangli del sistema nervoso sono numerosi. Ecco quelli più importanti:

→ **lungi periodi di stress**, non soltanto a livello psicologico o mentale, ma anche fisico;

→ **alcune malattie**, che riducono le difese naturali dell'organismo;

→ **l'uso per lunghi periodi di farmaci a base di cortisone** o di chemioterapici, parti-

colari medicinali per la cura dei tumori;

→ **l'eccessiva esposizione ai raggi del sole o alle lampade abbronzanti**, poiché i raggi ultravioletti stimolano il sistema nervoso;

→ nelle donne la malattia si può manifestare **in concomitanza con il ciclo mestruale**, che può causare alcune modificazioni dei livelli ormonali in grado di facilitare la riattivazione del virus.

Che cosa succede quando si "risveglia"

Il risveglio del virus provoca la comparsa di alcuni sintomi caratteristici alle labbra, come **formicolio, senso di tensione, prurito** e un cambiamento della sensibilità, soprattutto a livello del labbro inferiore.

● Un paio di giorni dopo, compaiono le **tipiche vescicole** riempiate di un liquido trasparente e limpido, che si riuniscono fino a formare una specie di grappolo sul bordo del labbro.

● Le vescicole **causano prurito e bruciore del labbro**, e dopo poco tempo si riempiono di pus. Questa fase della malattia è più a rischio, perché l'infezione può essere trasmessa con facilità ad altre persone.

● Dopo circa cinque-sette giorni, le vescicole si rompono e al loro posto si formano **crosticine giallo-brunastre**: a questo punto, l'infezione non è più contagiosa.

● Entro poco tempo, le **crosticine cadranno da sole**, senza lasciare alcuna cicatrice.

A forma di serpente

Le lesioni provocate dall'Herpes simplex 1 sono molto superficiali, perché **coinvolgono l'epidermide**, cioè lo strato più esterno della pelle, raramente interessano anche il derma, lo strato più profondo.

● Le **vescicole dell'herpes** compaiono in maniera del tutto particolare, in quanto tendono a raggrupparsi tra di loro e a disporsi in modo da formare una specie di **linea a forma di serpente**.

● Nella fase iniziale della malattia, anche le singole vescicole hanno una forma molto particolare, poiché sono leggermente **schiacciate al centro**.

● Questa particolarità è utile al medico per formulare la diagnosi, soprattutto quando le vescicole non sono molte e non assumono la loro caratteristica disposizione a serpente.

Attenzione se si allatta al seno

Se i risultati dell'esame (vedi a pag. 94) indicano la presenza di entrambi gli anticorpi, cioè IgG e IgM, si tratta di un'**infezione recente**, oppure di una riattivazione del virus.

● In questo caso, la mamma che allatta deve stare molto attenta a **non trasmettere l'infezione al piccolo mentre lo stringe al petto**, perché la posizione ravvicinata favorisce il passaggio del virus da



una persona all'altra.

● Invece, se il referto segnala la presenza delle immunoglobuline IgG e l'assenza delle IgM, vuol dire che **l'infezione è di vecchia data**.

● In altre parole, la persona si è infettata nel corso della vita, ma la malattia non è in fase acuta e l'**unico rischio sta nella riattivazione del virus**.



www.espress.it

Se da sempre sei tu a prenderti cura degli altri...

...ora saremo noi a prenderci cura di te!



Hotel **ANTONIANO**

Via Fasola, 12
35036 Montegrotto Terme
Tel. 049.794177
Fax 049.794257
www.termiantoniano.it
antoniano@termiantoniano.it



Hotel **apollo**

Via S. Pio X, 4
35036 Montegrotto Terme
Tel. 049.891.16.77
Fax 049.891.02.87
www.termiapollo.it
apollo@termiapollo.it

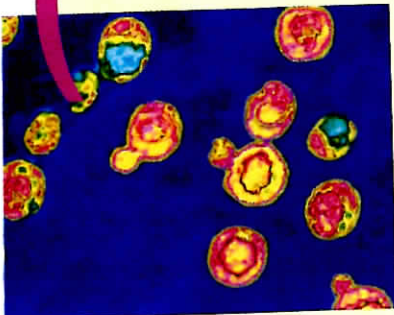


Hotel **CONTINENTAL TERME HOTEL**

Via Neroniana, 5
I-35036 Montegrotto Terme
Tel. 049.793.522
Fax 049.891.06.83
www.continentaltermehotel.it
hotelcontinental@tin.it

N. Verde 00800 99339933

Gli esami per scoprirlo



dotto per difendersi dalle sue aggressioni.

I dati del laboratorio

Il laboratorio di analisi consegna alla persona che si è sottoposta all'esame un referto sul quale viene indicata la **"presenza" o l'"assenza" degli anticorpi**, anche se in molti centri viene precisato anche il loro numero.

Spesso, per diagnosticare un'infezione da Herpes simplex 1 è sufficiente la conoscenza dei sintomi, quando sono ben manifesti.

● Tuttavia, esistono esami di laboratorio in grado di individuare la presenza del virus, che possono essere utili nei casi dubbi, o quando è necessario avere la certezza che esso sia nascosto nell'organismo.

● La sicurezza della presenza del microorganismo è data dall'**esame di un frammento della pelle prelevata dalle labbra**, mentre se non sono presenti lesioni, si deve fare un esame del sangue.

● In questo caso, i tecnici di laboratorio non cercano il virus vero e proprio, ma **gli anticorpi**, particolari proteine che l'organismo ha pro-

● I valori dell'Herpes virus 1 considerati normali sono diversi da laboratorio a laboratorio, secondo un valore soglia detto "cut-off", oltre il quale l'esame viene considerato **positivo**, cioè si è in **presenza degli anticorpi anti-virus**.

● Questi anticorpi si possono suddividere in due gruppi principali: da una parte ci sono le **immunoglobuline IgG** che, una volta che si è stati infettati, rimangono nell'organismo per tutta la vita.

● Dall'altra, ci sono le **immunoglobuline IgM**, che hanno una durata limitata nell'organismo, da **3 a 6 mesi**: al termine di questo periodo, esse vengono eliminate.

Possono essere utili gli antivirali

In genere, l'Herpes simplex 1 **guarisce da solo**, ma per accelerare la sua guarigione si possono usare farmaci antivirali, come l'aciclovir in pomata.

● Perché sia efficace, il farmaco va applicato sul labbro colpito dal disturbo non appena **si avvertono i primi sintomi**, cioè entro le prime 6-12 ore dalla comparsa delle vescicole.

● Invece, quando la malattia si manifesta in una forma più seria, è molto estesa, oppure compare nelle persone con le difese naturali particolarmente compromesse, è necessario prendere **l'aciclovir per bocca**, sotto forma di compresse, per circa una settimana.

● Non si può prevedere quando la malattia farà di nuovo la

IN PRATICA

I CONSIGLI ANTICONTAGIO

Durante tutto il periodo in cui si seguono le cure per combattere l'Herpes virus, è bene osservare alcune misure igieniche utili per impedire di **infettare altre persone** e di peggiorare ulteriormente la malattia.

→ Se le vescicole si rompono, **non ci si deve grattare**, perché l'infezione potrebbe diffondersi anche ad altre parti dell'organismo, in quanto il virus è ancora presente al loro interno. Inoltre, i microrganismi che normalmente vivono sulla pelle, possono penetrare dentro le vescicole, facendole riempire di pus.

→ **Tenere ben pulita la parte malata**, lavandola con un detergente liquido: il sapone non è indicato, poiché potrebbe essere troppo aggressivo e, quindi, provocare la rottura delle vescicole.

→ Tagliare le unghie molto corte, lavare spesso le mani e usare sempre un asciugamano personale o, meglio ancora, **salviettine di carta usa e getta**, per non infettare i familiari.

→ Dopo aver toccato le vescicole, oppure dopo aver applicato la

da ricordare

Lo stress, ma anche il sole preso in eccesso favoriscono la comparsa dell'herpes sulle labbra

pomata antivirale, **lavarsi sempre le mani**, per non contagiare altre zone del viso o del corpo.

→ **Non spartire i bicchieri e le posate con altre persone**, perché possono divenire il veicolo di trasmissione della malattia.

→ **Non prendere il sole senza prima aver applicato sul viso o sulle labbra un velo di crema protettiva a schermo totale.**

→ Una buona regola è quella di seguire un'alimentazione ricca di **frutta e di verdura di stagione**: infatti, in questi alimenti ci sono numerose **vitamine** in grado di potenziare l'attività delle difese naturali dell'organismo.

Servizio di Cesare Betti. Con la consulenza del professor Antonino Di Pietro, specialista in dermatologia a Milano.



DIZIONARIO

ANTICORPI sostanze prodotte dal sistema di difesa dell'organismo con lo scopo di combattere l'azione aggressiva dei germi.

ERITEMA irritazione della pelle accompagnata da arrossamento.

GANGLI strutture a forma di nodulo, di varia grandezza, disposte lungo le vie nervose.

VESCICOLA piccola formazione della pelle contenente liquido.

sua comparsa. Tuttavia, se l'Herpes simplex 1 dovesse manifestarsi spesso, su consiglio del medico, si può seguire una cura a base di aciclovir per bocca, così da evitare le **ricadute**.