

La salute va in vacanza!

Ogni anno quasi 1 Mio di persone residenti in Svizzera viaggiano a destinazione di paesi del terzo mondo. Le misure d'igiene e un comportamento appropriato permettono di ridurre il rischio di malattie infettive specifiche a queste regioni. Le vaccinazioni rimangono comunque il mezzo di lotta più importante contro un buon numero di malattie trasmissibili. Il medico curante è colui che, prima di un viaggio, dispensa consigli in materia di prevenzione e identifica quali vaccini proporre. Egli valuta il rischio d'esposizione e propone un piano di vaccinazione in base a destinazione, durata del soggiorno, tipo di viaggio e caratteristiche individuali (età e sesso del paziente, trattamenti in corso, allergie, gravidanza o immunodeficienza). Possiamo dividere i vaccini in 4 categorie:

1. Vaccini del programma nazionale di vaccinazione:

difterite-tetano, polio, pertosse, Haemophilus influenzae tipo B (HiB), morbillo-orecchioni-rosolia (MOR), epatite B (dal 1998).

La consultazione prima di un viaggio permetterà di fare il punto sullo stato vaccinale anteriore. Si approfitterà pure di quest'occasione privilegiata per sensibilizzare le persone suscettibili alle vaccinazioni contro l'influenza o lo pneumococco.

2. Vaccini resi obbligatori dalle autorità sanitarie del paese visitato:

Febbre gialla, meningite da meningococco, colera.

La vaccinazione obbligatoria per eccellenza è la febbre gialla; essa è richiesta in numerosi paesi africani, in Guyana francese, e in certi paesi tropicali se si proviene da un paese d'endemia (p.es. viaggio in India in provenienza dall'Africa). Dal 1987 la vaccinazione contro la meningite da meningococco è pure obbligatoria per i pellegrini che vanno alla Mecca. Per quanto concerne il colera, attualmente solo il Mozambico richiede la vaccinazione obbligatoriamente, mentre la Moldavia, la Croazia, la Micronesia e l'isola di Palau la richiedono se si proviene da un paese d'endemia. Al di fuori di questi casi, visto il rischio molto basso per i viaggiatori (1:300'000), la vaccinazione contro il colera non è praticamente mai proposta.

3. Vaccini da proporre ad ogni viaggiatore:

Epatite A, difterite-tetano, polio.

L'epatite A colpisce un viaggiatore su 300; la vaccinazione è raccomandata per ogni viaggio verso un paese ad alta endemia, a partire dai 6 anni d'età. Sebbene la malattia sia piuttosto asintomatica nei bambini, essa può comportare delle infezioni secondarie dovute all'escrezione del virus. Nella prospettiva della vaccinazione generalizzata contro l'epatite B, si può optare per una vaccinazione combinata (epatite A + B, Twinrix®). Tetano e difterite sono più frequenti nei paesi in

via di sviluppo che in Svizzera: è consigliato ai viaggiatori un richiamo contro queste 2 malattie ogni 10 anni. La stessa cosa vale per la poliomielite (richiamo ogni 10 anni), salvo per il continente americano dove la malattia sembra ormai eradicata.

4. Vaccini da proporre ai viaggiatori con un particolare rischio d'esposizione:

Epatite B, tifo, meningite, febbre gialla, encefalite giapponese, rabbia, encefalite da zecca.

Per l'epatite B i viaggiatori sono a più alto rischio di esposizione in caso di soggiorno prolungato (> 3 mesi), recandosi in paesi a forte endemia come l'Asia o l'Africa, o comportandosi in modo inadeguato (rapporti sessuali non protetti). Il vaccino contro il tifo è solitamente proposto per le destinazioni ad alto rischio quali l'India (3:10'000), il Nepal, il Perù, l'Africa del Nord (esclusa la Tunisia) o l'Africa Occidentale, per le altre destinazioni se il soggiorno supera il mese o per coloro che viaggiano in condizioni igieniche precarie; da considerare anche per coloro che hanno una deficienza della barriera gastrica acida (in cura con inibitori della secrezione gastrica). Al di là dell'obbligo, la vaccinazione contro la febbre gialla è raccomandata per tutti i paesi d'endemia. La meningite da meningococco è praticamente ubiquitaria, ma il rischio è minimo per il viaggiatore, ad eccezione di alcuni paesi africani (cintura della meningite, dal Senegal al Sudan) dove scoppiano periodicamente delle epidemie; vaccinazione da consigliare pure se promiscuità con la popolazione locale (p.es. trekking con pernottamenti nelle capanne in Nepal). L'encefalite giapponese è una malattia virale trasmessa da una zanzara, che troviamo nelle regioni rurali dei paesi asiatici come la Cina, la Corea, il Sud-Est asiatico, India e Nepal: il rischio per il viaggiatore è comunque minimo ad eccezione di coloro che intendono trascorrere almeno un mese in queste regioni soprattutto in zone rurali e durante il periodo estivo. La rabbia è presente in quasi tutti i paesi del mondo, trasmessa dal morso di cani, ma anche gatti, scimmie, pipistrelli, volpi, ecc. La vaccinazione è consigliata in caso di rischio professionale, di soggiorno prolungato, o per coloro che viaggiano a piedi o in bicicletta: la vaccinazione è una profilassi pre-esposizione che permette, in caso di morsicatura, di ridurre il numero di dosi da ricevere (terapia post-esposizione, comunque necessaria !). L'encefalite da zecca è una malattia virale che troviamo in Europa Centrale, del Nord e dell'Est, trasmessa dalle zecche durante passeggiate nei boschi: vaccino indicato se rischio professionale o per gli amici della natura (camping, cercatori di funghi, ecc.).

Situazioni particolari: Gravidanza: per principio si preferisce non vaccinare in gravidanza, ciononostante bisogna valutare il rapporto rischio/beneficio. Nessuna malformazione embrionale o fetale è stata descritta coi susposti vaccini. Infezione HIV: Febbre gialla solo se indicazione chiara e se CD4 > 200; tifo e polio: utilizzare i vaccini inattivati. Allergie: un'allergia a delle componenti del vaccino è

possibile. Un'allergia alle proteine aviarie (uova) vera può manifestarsi in seguito all'iniezione di vaccini coltivati su embrioni di pollo (febbre gialla, rabbia (Lyssavac®), encefalite da zecca); esistono allergie al thiomersal, conservante presente in alcuni vaccini.

Aspetti pratici: La consultazione dovrebbe aver luogo idealmente 4-6 settimane prima di un viaggio. La somministrazione simultanea di diversi vaccini è possibile e correntemente praticata; si eviterà di mischiare vaccini differenti in una stessa siringa; iniettare ogni vaccino ad almeno 2 cm dal precedente; non somministrare più vaccini vivi simultaneamente; utilizzare dei vaccini già combinati disponibili; lasciare un intervallo di 15 giorni tra 2 sedute di vaccinazione.

Dove trovare le informazioni: - aggiornamenti regolari sul bollettino UFSP.

- *Voyages internationaux et santé*, fascicolo pubblicato annualmente dall'OMS.
- *Vaccinazioni*, schede di medicina preventiva OMCT-DOS.
- Siti internet: www.cdc.gov (sito del CDC d'Atlanta); www.who.ch (sito dell'OMS).
- Software: Tropimed©, programma per consigli e raccomandazioni al viaggiatore.
- Eventualmente consultare: Centro vaccinazioni Ospedale S.Giovanni a Bellinzona (il sottoscritto); Dr.ssa. M.Gallacchi-Bouvier a Melide; Dr. P.Antonini a Lugano.

Dott. med. M. Lazzaro

Medico cantonale aggiunto