

**Pensate alla salute dei vostri bambini.
Vaccinateli contro l'influenza stagionale ogni anno.**

Influenza stagionale: guida per i genitori

Le forme di influenza stagionale sono più gravi per i bambini?	Neonati e bambini sono maggiormente esposti al rischio di gravi complicanze derivanti dall'influenza. È per questo che il Ministero della Salute dello Stato di New York consiglia di somministrare le vaccinazioni antinfluenzali ogni anno a tutti i bambini dai sei mesi in su.
La vaccinazione antinfluenzale può salvare la vita del vostro bambino.	Nella maggior parte dei casi l'influenza dura circa una settimana per poi migliorare gradualmente nei giorni successivi. Tuttavia, alcune persone, soprattutto i bambini, le donne incinte, gli anziani e le persone affette da patologie croniche sono esposte a gravi complicanze, talvolta al rischio di decesso. La vaccinazione antinfluenzale è il modo migliore per proteggere i vostri bambini dall'influenza stagionale ed è consigliata dai sei mesi in su.
Che cos'è l'influenza stagionale?	L'influenza è un'infezione delle vie respiratorie (naso, gola, polmoni) con un elevato rischio di contagio.
Somministrazione per iniezione o spray nasale?	<ul style="list-style-type: none">• La vaccinazione per iniezione può essere somministrata ai bambini di età superiore a sei mesi.• La vaccinazione per spray nasale può essere somministrata ai bambini dai due anni in su, in buona salute.• Ai bambini di età inferiore a 5 anni con episodi pregressi di asma nell'ultimo anno e a tutti i bambini con patologie croniche, è consigliabile la somministrazione della vaccinazione per iniezione e non per spray nasale.• Ai bambini di età inferiore a 9 anni che ricevono per la prima volta la vaccinazione, vanno somministrate due dosi.
In quali altri modi posso proteggere il mio bambino?	<ul style="list-style-type: none">• Sottoponetevi alla vaccinazione antinfluenzale.• Incoraggiate le persone a contatto con i vostri bambini a sottoporsi alla vaccinazione antinfluenzale. Questo è molto importante se i vostri figli hanno età inferiori ai 5 anni o se sono affetti da patologie croniche quali l'asma (disturbo della respirazione) o il diabete (elevati livelli di glicemia nel sangue). Dato che i bambini al di sotto dei 6 mesi non possono essere vaccinati, per loro il rischio di contrarre l'influenza si riduce se le persone che vivono a stretto contatto con loro si sottopongono alla vaccinazione.• Abbiate cura di lavarvi spesso le mani e di coprire colpi di tosse e starnuti. Si consiglia di utilizzare un fazzoletto monouso e di buttarlo subito dopo. Se non disponete di un fazzoletto, proteggete il colpo di tosse o lo starnuto utilizzando la manica del vestito, non le mani poiché queste veicolano i germi.• Insegnate ai vostri bambini a:<ul style="list-style-type: none">• stare lontani dalle persone malate• lavarsi spesso le mani• evitare di toccarsi il viso• coprire colpi di tosse e starnuti per proteggere chi gli sta intorno.
Quali sono i sintomi dell'influenza?	L'influenza arriva all'improvviso. La maggior parte delle persone che la contraggono presentano segni di stanchezza, un elevato aumento della temperatura, mal di testa, tosse secca, mal di gola, raffreddore maturo o naso chiuso e dolori muscolari. Alcune persone, soprattutto i bambini, possono presentare problemi allo stomaco e diarrea. La tosse può durare due o più settimane.

Come si diffonde l'influenza?	Le persone contagiate spesso tossiscono, starnutiscono o presentano un raffreddore maturo. Le goccioline emesse dai colpi di tosse, dagli starnuti o dai nasi che colano contengono il virus dell'influenza. Il contagio avviene attraverso il contatto con queste goccioline con naso o bocca.
Per quanto tempo una persona che ha contratto il virus è in grado di contagiare altre persone?	Gli adulti in stato di buona salute possono contagiare altre persone a partire da un giorno prima del manifestarsi dell'influenza fino a 5 giorni dopo. Questo periodo può durare di più nei bambini e nelle persone il cui organismo non è in grado di contrastare adeguatamente la malattia (persone con un debole sistema immunitario).
Cosa è consigliabile utilizzare per lavare le mani?	Lavate le mani dei vostri bambini utilizzando acqua e sapone. Lavatele per un tempo sufficiente: almeno il tempo che impieghereste per cantare la canzone "Tanti auguri" due volte. Se acqua e sapone non sono disponibili, utilizzate salviettine imbevute o gel contenenti alcol fino a quando le mani non risultano visivamente pulite. I gel vanno applicati strofinando le mani fino a quando non sono asciutte.
Cosa fare se il bambino si ammala?	Assicuratevi che il bambino riposi e beva a sufficienza. Consultate il pediatra prima di somministrare farmaci da banco al bambino. In caso di contagio dal virus, non somministrate ai bambini (o adolescenti) aspirine o farmaci che contengono aspirina. Questo potrebbe provocare problemi gravi.
I bambini con l'influenza possono frequentare la scuola?	No. Se il vostro bambino ha contratto l'influenza deve restare a casa e riposare, questo consentirà di evitare il contagio ad altri bambini.
Dopo quanto tempo il bambino può tornare a scuola?	I bambini che contraggono l'influenza devono restare in quarantena a casa per almeno 24 ore dalla scomparsa dei sintomi. Ovvero fino all'abbassamento della temperatura senza l'uso di appositi farmaci. Ricordate ai vostri bambini di avere cura di coprirsi la bocca nel tossire e nello starnutire per evitare di contagiare altre persone. Date al bambino fazzoletti monouso, salviettine imbevute o gel contenenti alcol, se la scuola lo permette.

Per ulteriori informazioni sull'influenza, visitare il sito
<http://www.health.ny.gov/diseases/communicable/influenza/seasonal/>

oppure www.cdc.gov/flu
 Centro per la prevenzione e il controllo delle malattie



Seguiteci su:
 Facebook/NYSDOH
 Twitter/HealthNYgov