

La dissenteria del viaggiatore: adesso c'è un vaccino per prevenirla

del Dr. WALTER PASINI

Il viaggiatore che si reca all'estero, soprattutto in Paesi con standard igienico-sanitari diversi da quello di provenienza, dovrebbe essere consapevole dei rischi di salute che il viaggio può comportare.

Tra questi rischi, quello di contrarre malattie infettive, di diversa gravità, è forse il più importante. La medicina dei viaggi comprende questa ed altre tematiche che, per limiti di spazio, non possono essere trattate in questo articolo. Selezioneremo dunque un solo argomento, quello che riguarda il numero più grande di viaggiatori. C'è infatti un problema con cui prima o poi la stragrande maggioranza dei viaggiatori si imbatte, un problema generalmente non grave in termini di salute ma comunque in grado di rovinare una vacanza. Il rischio di contrarre la diarrea del viaggiatore è infatti da moderato ad alto in molte aree del mondo: è moderato nell'Europa Mediterranea, Paesi del Medio Oriente, Cina, ex URSS e Sudafrica; alto nel resto dell'Africa, in America Latina e nella maggior parte dell'Asia. In questi ultimi Paesi, arriva al 90%. Tutti sanno di cosa si tratta, ovvero dell'eliminazione di feci acquose durante o subito dopo

il viaggio, talvolta accompagnate da altri sintomi come febbre e vomito. Questi sintomi possono avere cause diverse, anche se sono quasi sempre di natura infettiva (virus ma soprattutto batteri). La trasmissione avviene per via alimentare attraverso l'ingestione di cibo od acqua infetta. Per prevenire l'infezione occorre seguire corrette norme di sicurezza alimentare: evitare assolutamente verdura e frutta cruda a meno che non la si possa pelare o sbucciare personalmente, evitare l'acqua di rubinetto, il ghiaccio, gran parte del pesce, e buona parte delle pietanze offerte nei mercatini all'aperto, ma anche nei buffet dei villaggi turistici (dove restano esposte a volte per ore). Studi recenti hanno confermato che spesso i viaggiatori non possono, o non vogliono, seguire questi comportamenti per tutta la durata del viaggio. Come aiutarli dunque a prevenire queste infezioni così comuni? Resta fermo l'invito di osservare, per quanto possibile, le più ferree norme igieniche e porre la massima attenzione a cosa si beve e si mangia (ma anche all'acqua in cui si nuota o con cui ci si lava i denti); arriva però dalla ricerca anche un'importante novità. Dallo scorso anno è infatti disponibile, anche nel nostro Paese, un vaccino orale indicato per le sindromi diarroiche causate da batteri come il vibrione del colera e altri patogeni in grado di provocare la diarrea del viaggiatore. Il vaccino (si chiama Dukoral) ha il vantaggio non trascurabile di essere orale (si scioglie in un bicchiere d'acqua e sa di lampone), e si assume in due dosi, a distanza di una settimana l'una dell'altra terminando possibilmente almeno una settimana prima della partenza. I viaggiatori abituali possono bere una dose di richiamo ogni 3 mesi, gli altri possono scegliere invece di ripetere il ciclo completo (2 dosi) prima di ogni viaggio. Il vaccino si acquista in farmacia, dietro prescrizione medica, oppure si può chiederlo alla propria ASL (quasi tutti i distretti sono dotati di un Centro di Medicina dei Viaggi). Ogni viaggiatore che si rechi in aree tropicali o subtropicali dovrebbe dunque effettuare questa vaccinazione non trascurando nello stesso tempo corretti comportamenti alimentari.

