

## Argomento 5: Cosa, quando e come chiedere?

Settembre 2022

### Slide 30 – 35

Salve di nuovo. Bentornati al corso sulla resistenza antimicrobica e sul ruolo del paziente nell'uso razionale degli antimicrobici. Questa lezione sarà dedicata a come comunicare al vostro medico qualsiasi preoccupazione relativa a un'infezione in corso. In altre parole, cosa, quando e come chiedere ciò che vi preoccupa al vostro medico.

Ripassiamo velocemente, ancora una volta, qual è la differenza tra un'infezione batterica e una virale, ma questa volta da una prospettiva un po' diversa. Abbiamo già detto che le infezioni batteriche e virali si presentano con sintomi simili, ma che non sono né gli stessi sintomi e né hanno la stessa gravità – abbiamo anche detto che la combinazione dei sintomi a volte può definire se l'infezione è causata da un batterio o da un virus.

Vediamole più in dettaglio. L'infezione virale molto spesso passa autonomamente entro una o due settimane. Il trattamento abituale è assumere molti liquidi, come zuppe o tè, riposare molto, prendere vitamine, anche mangiando frutta contenente vitamina C o vitamina D. Le infezioni virali di solito si presentano con febbre più bassa, generalmente con 37, massimo 38 gradi di febbre. Non sempre è così, naturalmente, ma è molto comune. Questo è qualcosa che abbiamo visto anche con il Covid. Quindi le infezioni virali, come abbiamo detto prima, necessitano trattamenti con liquidi, riposo e vitamine, ma non con antibiotici per tutte le ragioni di cui abbiamo discusso nelle lezioni precedenti. Quindi, per favore, se al momento vi sfuggono, tornate indietro e ripassate quali sono le ragioni per cui le infezioni virali non possono essere trattate con gli antibiotici.

D'altra parte, l'infezione batterica si presenta di solito con una febbre più alta, che è persistente e che è molto difficile da far scendere con i farmaci antipiretici. Si riduce, ma poi sale di nuovo perché c'è un grande fronte aperto all'interno del vostro corpo, e questo è il risultato della lotta tra i vostri globuli bianchi e i batteri che infettano il vostro organismo. E questo è caratteristico per le infezioni batteriche e di solito si presenta con forti dolori o altri sintomi gravi nell'organo colpito, per esempio con prurito o eruzione cutanea, dolore alle orecchie, ai reni e così via. È così che il corpo reagisce all'infezione batterica. Possiamo quindi notare che questi sono sintomi diversi da quelli causati dai virus, come potete anche vedere qui a confronto. E così, a differenza di quelle virali, le infezioni batteriche possono essere trattate con antibiotici, i cui meccanismi li abbiamo già descritti nelle lezioni precedenti.

Quindi, se una volta notati tutti questi sintomi, si ha il dubbio su se si tratta di un'infezione virale o batterica e non si sa quindi quale trattamento iniziare, allora è importante consultarsi con un professionista sanitario su ciò che bisogna fare e come bisogna agire.

Prima di consultarsi col medico è importante darsi del tempo per osservare i sintomi, cercando di notare quanto sono gravi, quanto è alta la febbre, se si ha tosse o mal di gola, e così via. Dategli, diciamo, un 24 ore o se i sintomi sono lievi, soprattutto cercate di capire come questi sintomi reagiscono e rispondono a qualsiasi terapia non farmaceutica che state seguendo – mi riferisco a liquidi, riposo, vitamine, o anche antipiretici per abbassare la febbre. Così, quando visitate il medico

e gli riferite le vostre osservazioni, lo aiuterete molto nel fornirvi una diagnosi corretta per decidere insieme quali test sono necessari e quando questi test sono necessari prima di poter stabilire se si tratta di un'infezione batterica o virale e nel caso dell'infezione batterica, qual è l'antibiotico più appropriato da prendere.

Questa tabella elenca una serie di sintomi da tener conto dato che, quando parliamo di sintomi, la lista può essere molto ampia. Come potete vedere da questa tabella, per esempio, se avete mal di gola, questo può essere sia causato da un virus e quindi in questo caso non abbiamo bisogno di antibiotici. Ma se si tratta invece di un mal di gola causato da un'infezione da streptococco, allora è molto probabile che si abbia bisogno di un antibiotico specifico per curarlo. Se invece abbiamo tosse, la tosse può presentarsi sia semplicemente a causa del mal di gola causato da un virus, o può essere una causa di pertosse, che - di nuovo - richiede un trattamento con antibiotici. Ancora un esempio - quando si tratta di infezione del tratto urinario, quasi nel 100% dei casi è più probabile che sia causata da batteri. È importante, però, definire quali sono gli antibiotici più appropriati per trattare i batteri specifici che colpiscono l'organismo e così via. Nei casi di sinusite, che può essere causata sia da batteri sia da virus, ci può essere la necessità di un antibiotico che miri a curare un'infezione all'orecchio, e lo stesso vale per la bronchite, per esempio.

Importante da ricordare, come sottolinea anche la tabella, è che anche nel caso di batteri, gli antibiotici potrebbero non essere necessari. Quindi, cercare di monitorare come i sintomi presenti rispondono a qualsiasi trattamento non farmaceutico o non antibiotico che si sta seguendo, potrebbe essere di grandissimo aiuto, a voi e al medico, per decidere quali test sono necessari e quando vanno eseguiti. E nel caso di un'infezione batterica identificata, ancora, aiuterebbe a decidere qual è il trattamento o l'antibiotico più appropriato.

Ma quand'è che dovrete procedere a porre queste domande al vostro medico o a discutere i sintomi con lui o lei? Come detto prima, se avete sintomi lievi, prendetevi un po' di tempo per monitorarli, per vedere se passano da soli, o se persistono e si ha, quindi, poi bisogno di una visita. Potete iniziare a consultarvi a distanza. Inizialmente, è meglio cercare di non esporsi ad altre infezioni che potrebbero essere presenti nel sistema sanitario. Evitate tempi di attesa inutili e cercate di consultarvi con il medico a distanza, se possibile. Se i sintomi diventano più gravi, o se sono persistenti anche se lievi, allora forse sarebbe il caso di farsi visitare dal proprio medico.

Ora, il problema è come discutere di questi problemi con il proprio medico. Questa può essere una domanda molto complicata e molto difficile a cui rispondere perché è legata a diversi aspetti, tra cui il contesto e la cultura, il modo in cui funziona il vostro sistema e il rapporto che avete con il medico, e così via. Ma una cosa che è universale per qualsiasi relazione medico-paziente è che questa relazione deve essere basata sulla fiducia. E per costruire e consolidare questa fiducia, aiuterebbe molto agire nel modo in cui abbiamo discusso prima, cioè monitorando i sintomi, cercando di dargli un senso e di capire come questi sintomi reagiscono e se diventano più gravi, a seconda delle terapie non farmaceutiche e non antibiotiche che si stanno seguendo per trattarli.

Quando andrete quindi dal medico, questo aiuterà entrambi a decidere o a definire insieme di che infezione si tratta, se batterica o virale, e a stabilire come procedere, se è necessario un antibiotico e, in caso, quale sarebbe quello più appropriato. E questo aiuterà anche a rafforzare il rapporto di fiducia con il medico, che può essere molto difficile da costruire, dato che i medici hanno di solito tanti pazienti, e quando ci si presenta con una storia specifica o con delle osservazioni specifiche

che corrispondono all'esperienza e alle conoscenze del medico, allora si potrà avere una combinazione vincente per definire l'infezione e il trattamento più appropriato e per cercare di risolvere il problema al più presto e nel modo migliore possibile.

Infine, vorrei concludere con questa citazione di Confucio, filosofo cinese di molti secoli fa ma che è ancora molto attuale al contesto sanitario in cui ci troviamo. Dovremmo cercare di “non usare un cannone per uccidere una zanzara”. Prima di tutto perché, metaforicamente, avremo bisogno del cannone per qualcosa di più grande e poi perché non solo è uno spreco di risorse ma è molto difficile aspettarsi che la palla di cannone sia abbastanza mirata alla zanzara. Tradotto, significa che è importante cercare di non usare antibiotici quando si tratta di infezioni virali, perché sarebbero come le zanzare per il cannone. Inoltre, gli antibiotici, come il cannone, vanno preservati poiché la loro efficienza ed efficacia ci servirà per trattare le infezioni batteriche più gravi il più a lungo possibile e per più pazienti possibili.

Grazie mille per l'attenzione. Ci vediamo nell'ultima lezione del corso!