



## Polmonite

### ► Che cos'è la polmonite?

La polmonite è causata da un'infezione dei polmoni, che colpisce più frequentemente gli alveoli polmonari rispetto ai bronchi che sono vie d'ingresso e di espulsione dell'aria. Le parti infette si riempiono di un liquido contenente i globuli bianchi necessari a combattere l'infezione.

### ► Quali sono le cause della polmonite? Da dove viene?

La polmonite è causata da germi (microorganismi in grado di provocare malattie). I virus, i batteri e i funghi sono tipi di germi che possono causare la polmonite. Questi germi normalmente non sono presenti nel tessuto polmonare delle persone sane.

I germi possono giungere ai polmoni attraverso la circolazione sanguigna, ma molto più spesso arrivano all'interno di minuscole gocce d'acqua presenti nell'aria che respiriamo e diffuse in genere da altre persone, che tossendo e starnutendo le espellono dal proprio corpo.

Talvolta la provenienza dei germi è più inusuale. La malattia del legionario è un genere di polmonite causata da organismi che prosperano in acqua molto calda. I germi che provocano la psittacosi vengono invece trasmessi dagli uccelli, specie dai pappagalli. Le polmoniti da MRSA si contraggono negli ospedali e possono colpire persone lì ricoverate per altri motivi.

### ► Chi può contrarre la polmonite?

Tutti possono contrarre la polmonite, anche chi è sano e in forma. I germi infettano però più facilmente chi mostra risorse immunitarie basse e di conseguenza difese naturali più deboli. È il caso delle persone molto giovani o molto anziane, ragione per cui la polmonite si manifesta più spesso nella prima o nella fase più tardiva della vita.

Altri fattori che possono indebolire le difese sono il fumo, le infezioni virali delle vie respiratorie (es. un comune raffreddore) e altre infezioni virali (come l'HIV). Anche farmaci come quelli che si somministrano nelle terapie anticancro indeboliscono il sistema immunitario, e una grave malattia o un intervento chirurgico possono rendere una persona più vulnerabile. Ecco perchè può succedere che vi siano pazienti che contraggono la polmonite in ospedale pur essendo ricoverati per un altro motivo.

### ► Se avessi la polmonite, me ne accorgerei?

Se si contrae la polmonite, sicuramente ci si accorge di non stare bene, ma non è detto che si sappia di avere proprio la polmonite, poiché i sintomi possono essere confusi con altre malattie.

I sintomi più comuni comprendono:

- tosse, talvolta con espettorato giallo, verde o striato di sangue
- dispnea (difficoltà a respirare)
- dolore al torace, che può peggiorare in fase d'inspirazione
- febbre alta
- brividi
- inappetenza
- debolezza

### ► Come fa il medico a diagnosticare una polmonite?

Oltre a chiedere quali sintomi si sono manifestati, il medico può auscultare la parte infetta del polmone con uno stetoscopio e sentirne i rumori. La diagnosi tuttavia non è semplice, e spesso viene confermata solo da una radiografia al torace che mostra il liquido in parte dei polmoni.

## ► Come si cura la polmonite?

Gli antibiotici costituiscono la terapia più comune per la polmonite. La maggior parte delle persone guarisce a casa, ma nei casi più gravi è necessario il ricovero, perché venga somministrato ossigeno e perché avvenga una reidratazione tramite flebo. Anche se generalmente si guarisce, nei casi molto gravi la polmonite può essere anche letale, nonostante la migliore terapia.

## ► Che fare se io o uno dei miei cari ci ammaliamo di polmonite?

- Se il medico ha prescritto dei farmaci, assicurarsi di prenderli al momento giusto e di portare a termine il ciclo di antibiotici.
- Se nonostante la terapia non ci sono miglioramenti, e soprattutto se la febbre non cala o si verificano difficoltà respiratorie, richiamare il medico.
- Talvolta può rivelarsi utile un umidificatore, che aumenta il tasso di umidità della stanza e dà sollievo ai polmoni irritati.
- Assicurarsi di bere molti liquidi, soprattutto in caso di febbre.
- Infine, è importante riposare.

## ► In quanto tempo si dovrebbe guarire?

La maggior parte dei sintomi, come il dolore al torace e la febbre, si attenuano entro qualche giorno. Perché scompaia la tosse occorrono in genere 2 o 3 settimane, mentre ci possono volere anche 6 mesi per far passare completamente la stanchezza e la debolezza.

Se i sintomi non si attenuano come previsto, o se sembra comparire una recidiva, il medico può prescrivere delle analisi per capire eventuali altri motivi che possono renderci particolarmente soggetti alla polmonite.

## ► Si può fare qualcosa per prevenire la polmonite?

I germi che normalmente provocano la polmonite sono molto comuni e difficili da evitare. Ma si possono evitare comportamenti in grado di danneggiare le difese dei polmoni (es. fumare). I vaccini possono prevenire alcuni tipi di polmonite e molti Paesi li raccomandano ai soggetti più a rischio (gli anziani). I vaccini antinfluenzali e antipneumococcici sono quelli maggiormente raccomandati.

## ► Per maggiori informazioni e collegamenti, consultare il sito

[www.european-lung-foundation.org](http://www.european-lung-foundation.org)

