


Herpes genitale



Quanto basta sapere

Gentile Paziente Egregio Paziente,

La diagnosi appena posta dal Suo medico non è una tragedia.



L'herpes genitale è una malattia virale causata generalmente dal virus herpes simplex 2, che colpisce circa il 20% della popolazione in Svizzera. La maggioranza delle persone colpite non se ne rende conto fino all'apparizione dei sintomi. Solitamente sono delle fiacchete dolorose nella regione genitale o delle natiche, che appaiono da 2 a 20 giorni dopo il contatto con una persona infetta. I primi sintomi sono: prurito, apparizione di fiacchete dolorose, sensazione di bruciore durante la minzione, più raramente appaiono febbre e dolori muscolari. Purtroppo il virus resta nel corpo e può riattivarsi causando ripetutamente gli stessi

sintomi, anche senza nuovi contatti. L'herpes labiale, causato dal virus herpes simplex tipo 1 ha un'evoluzione molto simile. Colpisce però la zona delle labbra o del naso e viene trasmesso molto più frequentemente tramite bacio, contatto indiretto con oggetti quali posate, tovaglioli, asciugamani. L'infezione avviene normalmente all'interno del nucleo familiare e si manifesta la prima volta durante l'infanzia.

L'herpes genitale non è una malattia grave o di cui vergognarsi: nella maggior parte dei casi non c'è motivo di preoccuparsi. Ma si deve conoscerla per evitare di contagiare altre persone e per curarla. Ne parli apertamente con il Suo/la Sua partner.

Discuta con il Suo medico la possibilità di trattamento in grado di liberarla rapidamente dai fastidiosi sintomi.

In questo prospetto troverà le informazioni più importanti e le risposte alle domande più frequenti.
Per ulteriori informazioni chiedi al Suo medico, che sarà lieto di aiutarLa.

Dr. med. Francesco Pelloni,
dermatologo, Lugano



Cos'è l'herpes genitale e come lo si prende?

L'herpes genitale è un'infezione da virus che si manifesta, sia nella donna che nell'uomo, prevalentemente nella zona genitale, anale e, raramente, anche in altre zone. Il contagio avviene per lo più durante il rapporto sessuale genitale od orale con un partner già infettato dal virus dell'herpes simplex. Attraverso minute lesioni cutanee quasi invisibili i virus entrano nella pelle dove si moltiplicano e formano delle fiacchette dolorose. Quando le fiacchette scompaiono i virus migrano alle cellule nervose dove rimangono in stato di latenza. Fattori scatenanti come la mestruazione, un'influenza o una ferita possono dare il via alla moltiplicazione dei virus e portare ad una recidiva della malattia.



Di nuovo si ha la formazione di fiacchette il cui siero contiene nuovi virus in grado di trasmettere l'infezione.

Perché avvenga il contagio ci deve essere un contatto cutaneo. In teoria si può ipotizzare anche il contagio tramite oggetti contaminati di recente, ma in pratica è un'eventualità che non si verifica mai.



Le due immagini della pagina precedente mostrano le manifestazioni cutanee dell'herpes genitale nelle zone genitali dell'uomo, mentre qui sotto quelle della donna.



Le donne sono più soggette all'herpes genitale?

A livello mondiale le donne sono più frequentemente infettate degli uomini. Il motivo è legato alla loro anatomia.



Come faccio a capire se ho contratto l'herpes genitale?

Segni tipici dell'herpes genitale sono piccole fiacchette nella zona genitale. Le fiacchette si formano a gruppi e la pelle circostante appare arrossata. I disturbi più frequenti sono:

- dolore, bruciore o prurito
- dolore alla minzione (soprattutto per le donne)
- formazione di piccole piaghe dovute alla rottura delle bollicine
- si possono verificare anche sintomi meno tipici come fissurazioni, gonfiore o piaghe isolate.

Nel giro di alcuni giorni o settimane le lesioni guariscono, generalmente senza lasciare cicatrici.



Alla prima infezione, prima della formazione delle fiacchette, spesso si verificano i sintomi seguenti:

- Linfonodi ingrossati nella zona inguinale
- Febbre accompagnata da dolori muscolari, mal di testa, o dolori addominali
- Dolori crescenti in zona genitale

Consigli per riconoscere la malattia

- Se sospetta una infezione da herpes, o se ha già osservato i primi segni dell'infezione, si rechi al più presto dal medico.
- I sintomi dell'herpes genitale sono simili a quelli di altre infezioni genitali. Eseguendo un semplice striscio in grado di evidenziare la presenza del virus, il medico sarà in grado di formulare al più presto una diagnosi precisa.

L'herpes genitale è pericoloso?

L'herpes genitale è un'infezione fastidiosa, ma certamente non pericolosa e senza conseguenze a lungo termine. Chi viene infettato una volta, avrà il virus nel proprio organismo per tutta la vita. Questo è il motivo per cui alcune persone hanno frequenti recidive delle manifestazioni della malattia. Con l'avanzare dell'età tuttavia le recidive si fanno in genere meno frequenti.



Attenzione!

- Per i neonati l'herpes genitale rappresenta un pericolo mortale. Pertanto le donne incinte devono immediatamente consultare il medico se sospettano un'infezione, o al più tardi, all'apparizione dei primi segni della malattia. Anche le donne incinte che hanno già contratto una volta la malattia, devono informarne il proprio ginecologo.
- L'herpes genitale è trasmissibile anche agli occhi. Se osserva i segni dell'infezione, consulti subito un oculista.
- Nei pazienti con sistema immunitario indebolito (p. es. a seguito di infezione da HIV o dalla chemioterapia) l'herpes genitale è più frequente e può causare disturbi gravi.



In quanto tempo scompaiono i sintomi?

La durata complessiva va da alcuni giorni a tre settimane. Ciò dipende, tra l'altro, dal fatto che si tratti di una recidiva o della prima manifestazione della malattia. Con l'aiuto di medicinali antivirali efficaci la durata della malattia si riduce.

Quanto tempo trascorre dall'inizio della malattia fino a scomparsa totale dei sintomi?

Dato che in genere il contagio avviene senza sintomi, il più delle volte non è possibile stabilire il momento esatto del contagio che può essere avvenuto anni o decenni prima. Se invece si assiste alla comparsa diffusa dei sintomi tipici accompagnata da un peggioramento dello stato generale di salute, che indica che si tratta di una prima infezione, si può presumere che il contagio sia avvenuto da una a due settimane prima.

Le cause seguenti possono portare al manifestarsi dell'herpes:

- Un indebolimento del sistema immunitario, p. es. dovuto ad un'altra malattia (p. es. influenza o polmonite)
- Situazioni di stress costante
- Mestruazione

- Lesioni cutanee nella zona dei genitali
- Radiazioni UV
- Sforzo fisico


Come posso proteggere me stessa/o e gli altri?

L'herpes genitale è contagioso solo quando i virus si moltiplicano e vengono diffusi tramite la pelle. Il caso tipico è rappresentato dalla presenza di fiacchette o lesioni. Durante questo periodo e fino a due settimane dopo la scomparsa dei sintomi si deve rinunciare ai contatti sessuali. La malattia da herpes però può recidivare anche senza sintomi visibili ed essere così trasmessa ad altri.

Se non è certa/o di avere l'herpes, nel dubbio usi il preservativo.



Posso ammalarmi di herpes genitale se il mio partner o io abbiamo già avuto l'herpes labiale?



L'herpes labiale, o anche fiacchette della febbre, come viene comunemente chiamato, viene generalmente causato da un altro tipo di herpes (il virus herpes simplex di tipo 1). In ogni caso è possibile trasmettere il virus ai genitali per contatto cutaneo diretto. Di conseguenza, in presenza di fiacchette sulle labbra, eviti i rapporti orali.

Chi ha già avuto una volta l'herpes labiale non è protetto dall'herpes genitale.

Consigli per la prevenzione

- Se ha già avuto in precedenza l'herpes genitale, ne parli con il partner.
- Se nota l'apparizione dei sintomi nella zona genitale, rinunci ai contatti sessuali. Se non è certo di avere la malattia in forma acuta, usi il preservativo.
- Anche dopo la guarigione delle fiacchette, per due settimane usi ancora il preservativo.
- Nel primo anno dopo il contagio, Lei è più frequentemente e a lungo contagiosa/o che non in seguito. Consulti quindi il Suo medico che Le potrà consigliare quali misure preventive adottare.

Cosa devo fare in caso di infezione da herpes?

Se nota i segni di un'infezione da herpes, vada al più presto dal Suo medico. Oggi disponiamo di medicinali molto efficaci che riescono a impedire la proliferazione dei virus. In Svizzera sono in commercio diversi principi attivi sotto forma di compresse: **il Fanciclovir**, il Valaciclovir e l'Aciclovir. Questi prodotti non solo mitigano i sintomi, ma riducono la durata della malattia. Questi medicinali sono ottenibili solo dietro presentazione di ricetta medica. Il trattamento dura cinque giorni e non dà problemi, dato che tutti e tre i prodotti sono ben tollerati.

Dopo il trattamento posso considerarmi guarita/o?

No, perché il virus dell'herpes, dopo la scomparsa dei sintomi, ritorna nelle cellule nervose, dove rimane latente fino alla recidiva successiva. Tuttavia le recidive sono generalmente più lievi dal punto di vista della sintomatologia ed hanno una durata inferiore.



Consigli per il trattamento e la prevenzione di recidive

- Prima si inizia il trattamento, prima si eliminano i disturbi. Se è già stato/a colpito/a da herpes genitale, in caso di recidiva deve iniziare la terapia entro uno, due giorni al massimo, altrimenti la cura non sarà efficace.
- Cerchi di ricordare quali siano stati i fattori scatenanti. Alcune circostanze, p. es. abiti aderenti, che sfregano, o l'abbronzatura a raggi UV del solarium, si possono benissimo evitare.



- Con il trattamento farmacologico a lungo termine si possono generalmente evitare le recidive. Un trattamento di questo genere è tuttavia indicato solo se ha avuto l'herpes genitale più di 6x l'anno o se i sintomi sono particolarmente gravi. Chieda consiglio al Suo medico.

Come devo comportarmi con il partner?

L'herpes genitale può essere doloroso, specie la prima volta. In questo caso non è possibile avere una attività sessuale. A ciò si aggiunge in genere la preoccupazione di discutere il problema con il partner. Forse ha paura di subire il rifiuto del partner, o addirittura di essere abbandonata/o. Si può insinuare anche il sospetto di infedeltà. Chiarisca subito al partner che il contagio può essere avvenuto ben prima della relazione attuale.

In ogni caso parli con il Suo partner della malattia. Solo così potrete avere un rapporto aperto e improntato sulla fiducia reciproca e ridurrete il rischio di contagio.

Consigli per il colloquio

- Dica al partner che anche con l'herpes genitale si può avere una vita sessuale normale, se si osservano le misure di cautela sopra indicate.
- Parli con il partner dell'infezione anche se l'ha avuta una volta sola.
- Provi a pensare, scambiando i ruoli, in che modo vorrebbe essere informata/o dal partner.
- Rifletta: Lei non ha nessuna colpa. Data la sua grande diffusione, l'herpes genitale colpisce chiunque. Spesso il contagio avviene molti anni prima dell'apparizione dei sintomi.
- Discutete le misure preventive da adottare. Consultate assieme il vostro medico per chiarire eventuali dubbi.



Nella vita quotidiana come mi devo comportare?

L'herpes genitale in forma acuta può causare dolore, bruciore o prurito. Eviti quindi qualsiasi altra fonte di irritazione ulteriore della zona genitale: sudore, sfregamento o pressione.

Consigli per la vita quotidiana

- Quando la malattia è in fase acuta eviti di stare seduto a lungo e di praticare un'attività fisica intensa.
- Eviti biancheria e abbigliamento aderente o di materiale sintetico. Preferisca invece un abbigliamento ampio di cotone o seta.
- Per motivi igienici non vada in piscina.

Consigli per l'igiene durante e dopo la malattia

- Le lesioni che si formano con l'herpes genitale possono venire infettate da batteri o funghi. Eviti quindi il contatto delle zone interessate.
- Si lavi bene le mani dopo aver toccato le bollicine. I virus dell'herpes si possono diffondere ad altre zone del corpo: una infezione degli occhi può compromettere la vista.

- Tenga separati lavette e asciugamani. Cambi la lavette tutti i giorni.
- I detergenti liquidi morbidi sono indicati per l'igiene intima. Anche disinfettanti per semicupio o impacchi con prodotti a base di tannino possono essere utili. Sulle zone con croste si consiglia di applicare unguenti emollienti. Chieda il prodotto adatto al Suo farmacista.

Può avere ulteriori informazioni sull'herpes genitale

- dal Suo medico
- o sul sito: www.herpes-info.ch

dove troverà anche altri utili links sempre su questo tema.



Un servizio della Novartis



