

LA STORIA INSEGNA CHE TANTE EPIDEMIE SONO STATE DEBELLATE CON L'IGIENE E LA TUTELA DELL'AMBIENTE

# Laviamoci le mani!

In questi giorni di emergenza sanitaria da Coronavirus, un'informazione martellante ha trasmesso alla cittadinanza: non solo informazioni adeguate, ma ha creato anche panico e incertezza.

Il motivo di fondo è che non puoi essere preparato se non conosci bene il nemico.

Il Covid 19 è un virus poco conosciuto, che sta causando una epidemia nei nostri territori, che può diventare pandemia.

Sulle linee operative dobbiamo assolutamente avere fiducia nelle nostre autorità sanitarie che giorno per giorno ci diranno quali strategie e comportamenti tenere. Come medico di famiglia mi sento in prima linea con i miei collaboratori nel cercare di

dare serenità al paziente che telefona per chiedere informazioni alla persona di cui si fida di più: il proprio medico di medicina generale. Quindi il nostro primo compito è porre una diagnosi corretta delle problematiche che poste dal paziente, tenendo presente viaggi in zone risultate a rischio e contatti con persone potenzialmente o documentate come positive al virus.

Ma non possiamo fermarci solo a questo. Dobbiamo ridurre il numero dei possibili contagi.

Per fare questo non dobbiamo stancarci di ripetere ai nostri pazienti, tra le varie avvertenze date, in particolare, di:

- lavarsi spesso le mani per almeno 20 secondi con acqua abbondante, sapone e usare un gel

disinfettante;

- non toccarsi con le mani, occhi, naso e bocca ed evitare abbracci, baci e strette di mano;
- coprirsi la bocca e il naso con fazzoletti di carta monouso e l'incavo del gomito in caso di starnuti e colpi di tosse;

- mantenere distanze di sicurezza da altre persone di almeno un metro, al bar, uffici, supermercati, luoghi chiusi.

Le sale d'attesa dei nostri ambulatori di medicina generale sono luoghi di possibile contaminazione, per cui è caldamente consigliato di stare a casa a chi ha sintomi respiratori, febbre, tosse, mal di gola e contattare telefonicamente il proprio medico.



Ma anche per tutti gli altri pazienti che hanno disturbi e problematiche la cui valutazione può essere rinviata, è comunque consigliato di evitare di recarsi in ambulatorio e co-

municare con il proprio medico attraverso il telefono. In tutte le epidemie i risultati sono stati ottenuti, non solo con l'utilizzo di farmaci, ma con l'isolamento, con la prevenzione, con una giusta collaborazione tra il medico del territorio, il virologo, le strutture ospedaliere di primo e secondo livello, facendo rete tra tutte queste figure. Ricordatevi sempre però che le epidemie sono state debellate grazie al lavaggio delle mani, alle fognature, alla tutela dell'ambiente... Con l'impegno non solo dei medici e sanitari, ma di chi si occupa di territorio, di ambiente, di politica sanitaria. A Vienna nella seconda parte dell'800 di fronte alla febbre del-

le donne che avevano appena partorito, un medico, Semmelweis Ignac, disse che era necessario che tutti i medici che avevano fatto autopsie dovevano lavarsi le mani prima di assistere a un parto, dando quindi una responsabilità di un'intera classe medica, rispetto alle ostetriche che, non eseguendo autopsie, avevano molti meno casi di febbri puerperali. Questo ginecologo è stato allontanato dalla professione ed è morto in manicomio. Quante vite, oggi, dobbiamo invece a questo medico?

Forse dovremmo accettare con maggior spirito di servizio e meno polemiche le restrizioni che oggi dobbiamo sopportare per poter debellare domani, e spero al più presto, questo virus che ci sta mettendo tutti alla prova: medici e operatori sanitari, ministri, politici, presidenti di Regione, direttori sanitari, cittadini tutti. Facciamo rete per il bene di tutti, in particolare dei più deboli ed esposti.

*Giovanni Pisani  
Medico di medicina generale*