

Starbene

UNDER 16

SE HA PRESO LA MONONUCLEOSI

È un'infezione comune che colpisce bambini e adolescenti. Ecco la strategia per evitare che si "trascini"

di **Valeria Ghitti**

Tutti la conoscono come la malattia del bacio, ma la mononucleosi, infezione causata da un Herpes Virus, l'Epstein-Barr, si trasmette attraverso qualsiasi contatto diretto con la saliva di una persona infetta: non solo baci quindi, ma anche starnuti ravvicinati, o lo scambio di un bicchiere o di una posata possono contagiare.

sario sottoporre i figli a degli esami. Se, però, si hanno dei dubbi, e la febbre persiste oltre 3-4 giorni e i linfonodi ingrossati superano i 3 cm di diametro, per escludere una faringite batterica il medico esegue un tampone faringeo. Se questo risulta negativo, il sospetto di mononucleosi può essere confermato con un esame del sangue che ricerca la presenza di anticorpi specifici contro il virus».

RIPOSO E PARACETAMOLO

Dato che non esiste una cura per la mononucleosi, non ci sono medicine antivirali o

altri farmaci capaci di combattere il virus responsabile. «Nella maggior parte dei casi la malattia va tenuta semplicemente sotto controllo, eventualmente ricorrendo al paracetamolo o all'ibuprofene, per la febbre e il dolore causato dall'infiammazione della gola», consiglia l'esperta. «La mononucleosi e i suoi effetti tendono a passare da soli nell'arco di due

settimane, durante le quali è utile somministrare abbondanti liquidi al bambino o al ragazzo, per contrastare la disidratazione dovuta alla febbre, e tenerlo a riposo, per non indebolire l'organismo». Linfonodi ingrossati e stanchezza possono "trascinarsi" per qualche settimana, soprattutto nei più grandi: allora, meglio non anticipare la fine della convalescenza.

62

SINTOMI DA INFLUENZA

Dopo un periodo di incubazione molto variabile, che nei bambini va mediamente da 1 a 3 settimane, l'infezione si manifesta con febbre, gola dolente, arrossata, a volte con presenza di placche, mal di testa, debolezza, malessere generale, diffusi dolori muscolari, ingrossamento e indolenzimento dei linfonodi (soprattutto quelli del collo). «Negli under 12 i sintomi tendono a essere meno specifici, tanto da far pensare a una sindrome influenzale o a una faringite, mentre negli adolescenti sono più marcati, con febbre anche a 38 gradi, linfonodi molto ingrossati, stanchezza più evidente e un possibile ingrossamento di milza e fegato», spiega **Susanna Esposito**, ordinario di pediatria all'Università degli Studi di Perugia e presidente dell'Associazione mondiale per le malattie infettive e i disordini immunologici **Waidid**. «Di solito non è neces-



**Consulta gratis
il nostro
esperto**

**PROF.SSA
SUSANNA ESPOSITO**

Ordinario di
pediatria Università
di Perugia

Scrivile a
starbene@
mondadori.it



Due precauzioni in più

- ▼ **Niente antibiotici:** non solo perché inutili, visto che si tratta di una malattia virale, ma anche perché alcune molecole, come l'amoxicillina, in presenza del virus di Epstein-Barr possono determinare la comparsa di un'eruzione cutanea simile all'orticaria, che può essere confusa con una reazione allergica.
- ▼ **Lavarsi spesso le mani:** la mononucleosi comporta un temporaneo abbassamento delle difese che si protrae per circa 6 mesi. Diventa quindi più facile ammalarsi: non occorre non andare a scuola se adottiamo con scrupolo le normali strategie difensive, tra le quali una maggior attenzione all'igiene delle mani, soprattutto prima di toccare gli alimenti.

GETTY