

# AVVELENAMENTI

## **Cosa non fare**

Non bere latte: contrariamente a quanto si crede è inutile quando non controproducente. Non tentare di indurre il vomito: se la sostanza ingerita è caustica, infatti, rigurgitarla aumenta i danni a carico dell'esofago e della bocca. Non assumere nessun tipo di medicinale, nel tentativo di alleviare i sintomi dell'avvelenamento, senza prima aver consultato un medico. In caso d'insoddisfacente, o nulla, risposta telefonica non aspettare altre informazioni: presentarsi al pronto soccorso più vicino.

## **Bambini e anziani**

Sono le categorie più fragili nei confronti dei veleni domestici perché i sistemi, epatici (FEGATO) e renali (RENE) sono ancora incompleti, nei bambini, oppure, negli anziani, possono essere deteriorati e non funzionare in modo ottimale. I bambini, soprattutto da 1 a 4 anni, sono i soggetti più esposti agli avvelenamenti accidentali perché scoprono ed esplorano il mondo che li circonda, e non sono in grado di distinguere eventuali pericoli. Gli anziani, invece, incorrono più frequentemente in errori terapeutici: a causa delle molte medicine che devono assumere, o di problemi alla vista, possono sbagliare farmaco o eccedere nelle dosi. Per quanto riguarda i farmaci occorre tenere presente che una dose, ritenuta normale per un adulto, è quasi sempre eccessiva per un bambino e per un anziano, a causa delle insufficienze metaboliche di cui sopra.

## **I primi segnali**

Come capire se c'è stato un avvelenamento? Alcuni sintomi sono comuni alle diverse sostanze, quindi fare attenzione se si manifestano all'improvviso e senza cause apparenti. Ecco i segnali d'allarme: nausea e vomito, dolori addominali, diarrea, pallore e difficoltà respiratorie, brividi di freddo, mal di testa, difficoltà visive, perdita di conoscenza. Le sostanze caustiche o corrosive si distinguono, invece, perché causano la comparsa di vesciche e segni di ustione alla bocca e al viso.

## **Prevenire**

Riporre le sostanze pericolose dove i bambini non possano raggiungerle, non travasare prodotti casalinghi in contenitori diversi, soprattutto bottiglie di acqua minerale o altri contenitori per alimenti. Evitare, se possibile, di tenere in cucina prodotti che non siano cibi e bevande, inoltre non forzare mai le chiusure di sicurezza previste su certi prodotti. Non strappare le etichette e seguire le istruzioni e avvertenze che vi sono riportate (maneggiare con i guanti, diluire in acqua, aerare l'ambiente dopo l'uso). Non mischiare tra loro i detersivi per la casa perché reagendo possono sviluppare vapori molto tossici. Conservare i farmaci nelle loro confezioni originali, complete di foglietto illustrativo, che spesso riporta anche informazioni per i casi d'emergenza; eliminare periodicamente i farmaci scaduti.

## **Alcolici**

L'alcol etilico contenuto nel vino, nei liquori, in alcuni medicinali in gocce o sciroppo (inclusi anche i farmaci omeopatici e quelli naturali), nei disinfettanti per la persona e per la casa può rappresentare un pericolo per i bambini. L'alcol, infatti, è molto tossico per il sistema nervoso centrale e i bambini fino ai 14 anni non sono in grado di metabolizzarlo. I sintomi dell'intossicazione sono tipici: viso arrossato, stati di euforia alternati a

depressione, nausea e vomito, vertigini e, nei casi più gravi, disturbi respiratori e cardiaci fino al coma.

Il paziente va tenuto al caldo (si può verificare un eccessivo abbassamento della temperatura corporea per la vasodilatazione indotta dall'alcol). Attenzione: mai indurre il vomito e trasportare l'infortunato in posizione laterale di sicurezza.

### **Gas**

L'avvelenamento può avvenire anche per inalazione, cioè quando si respirano sostanze gassose o vapori tossici che si liberano dai liquidi. Nell'ambiente domestico le esalazioni tossiche possono derivare da alcune delle sostanze descritte in precedenza, ad esempio ammoniaca, solventi, candeggina, diserbanti, insetticidi, smacchiatori, oppure da perdite nelle tubature del gas o mal funzionamento di una stufa. Se non c'è un sufficiente ricambio d'aria, o è ostruita la canna di tiraggio della stufa o del camino, l'appartamento si satura di ossido di carbonio e viene a mancare l'ossigeno (come quando si sviluppa un incendio), quindi si può morire soffocati.

- **Che cosa fare** Trasportare l'infortunato fuori dall'ambiente contaminato, meglio, se possibile, all'aria aperta e chiamare i soccorsi; se il soggetto ha perso conoscenza si deve procedere alla rianimazione tramite respirazione bocca a bocca e/o massaggio cardiaco. Aprire tutte le finestre per lasciar fuoriuscire il gas tossico
- **Che cosa non fare** Non accendere la luce, apparecchi elettrici, fiammiferi, accendini: non solo il gas ma anche i vapori di alcuni solventi sono infiammabili ed esplosivi. Non somministrare medicinali, né cibi o bevande finché non si è parlato con un medico.
- **I primi segnali** Se si è respirato un veleno si avverte, quasi subito, irritazione o bruciore al naso, alla gola e alla trachea, tosse e, talvolta, difficoltà respiratorie.
- **Prevenire** Oltre alle precauzioni già elencate sopra, non andare mai a dormire lasciando accesi gas, stufa, camino, forno, termocoperta, calorifero elettrico (meglio sarebbe spegnere tutte le apparecchiature elettriche per evitare possibili cortocircuiti). Lasciare sempre una finestra socchiusa per garantire il ricambio d'aria e non tenere piante in camera da letto (durante la notte liberano anidride carbonica).

## **LE INFEZIONI ALIMENTARI**

Si tratta di disturbi gastrointestinali (nausea, vomito, dolori addominali, diarrea e talora febbre) causati da alimenti contaminati da microrganismi (infezioni propriamente dette) o da sostanze tossiche prodotte dagli stessi microrganismi (intossicazioni). Quasi sempre i cibi vengono contaminati perché in qualche punto dei procedimenti di preparazione degli alimenti si trascurano le norme igieniche fondamentali. In effetti la gran parte dei microrganismi responsabili delle tossinfezioni intestinali è sempre presente sia sulla pelle o sulle mucose (bocca, naso) delle persone, sia negli animali da allevamento sia nell'ambiente.

Gli stafilococchi, per esempio, si trovano sulla pelle e sulle mucose di circa un terzo della popolazione, e alcuni ceppi di questi batteri producono tossine resistenti al calore.

Le tossinfezioni possono presentarsi in qualsiasi momento, anche perché, per esempio, oggi non si può più parlare di alimenti stagionali: le fragole si trovano praticamente tutto l'anno e così il mascarpone o il gelato. Tuttavia d'estate il rischio aumenta perché la

temperatura ambiente più elevata favorisce la moltiplicazione dei microrganismi nel cibo. Inoltre, il rischio aumenta perché è più frequente ricorso a cibi crudi (per esempio il "carpaccio" di carne o pesce), mentre la cottura, specie ad alta temperatura, in linea di massima elimina il rischio.

Le tossinfezioni che colpiscono l'intestino si presentano con sintomi tutto sommato modesti e tendono a risolversi da sole, ma possono diventare gravi nelle persone deboli (per esempio perché convalescenti) o in quelle immunodepresse, cioè in soggetti già ammalati o non particolarmente resistenti come bambini e anziani, oppure ancora i malati di AIDS il cui sistema immunitario non è in grado di reagire.

Vi sono poi tossinfezioni particolarmente gravi che, in linea generale, non danno sintomi intestinali (diarrea, dolori addominali eccetera); per esempio il botulino.

Non tutte le tossinfezioni hanno sintomi identici, quindi chi avverte un malessere di qualsiasi genere dopo aver mangiato un cibo potenzialmente contaminato farà bene a rivolgersi al medico segnalando la circostanza. I terna presente che tra l'ingestione del cibo e la comparsa dei sintomi possono passare poche ore ma anche uno o due giorni.

Come si prevencono le tossinfezioni

\* Evitare gli alimenti a rischio, che non è detto siano tutti esotici o insoliti. Frutti di mare pescati in acque poco pulite possono causare infezioni, ma anche il latte bevuto appena munto può riservare brutte sorprese. In particolare va fatta attenzione al mascarpone, prodotto confezionato con latte crudo e particolarmente deperibile se non rimane costantemente a bassa temperatura.

\* Evitate l'acquisto di cibi deperibili in negozi o altri tipi di rivendite che non garantiscano una corretta conservazione. Caso tipico è il pesce non conservato in frigoriferi o sotto ghiaccio. Ma date un'occhiata anche ai termometri dei banchi refrigerati dei supermercati, che potrebbero essere a una temperatura non sufficientemente bassa da garantire l'interruzione della moltiplicazione dei microbi.

\* Le uova sono tra gli alimenti più facilmente contaminabili dalla Salmonella. Se vengono acquistate al di fuori dei negozi (le uova del contadino) è meglio non consumarle crude né usarle per preparare la maionese.

\* Le verdure devono sempre essere lavate accuratamente, indipendentemente dal posto dove le avete acquistate. E' sempre meglio procedere al lavaggio aggiungendo all'acqua del bicarbonato, che facilita l'asportazione anche di eventuali sostanze chimiche.

\* Evitare di acquistare carni fuori dagli esercizi autorizzati alla vendita; infatti se la macellazione non viene eseguita secondo le norme igieniche è molto probabile che le carni possano essere contaminate.

\* La carne deve essere ben cotta, in quanto le alte temperature uccidono la totalità dei germi responsabili delle infezioni. Per le tossine prodotte da microrganismi il discorso è diverso: alcune vengono distrutte dal calore (come quella pericolosissima del botulino) altre no (come quelle di alcuni tipi di stafilococchi o del Clostridium perfringens).

\* Tutti i cibi cucinati, se non vengono consumati entro due o tre ore, devono essere

raffreddati rapidamente e conservati al freddo (e pazienza se il frigorifero o il freezer fanno più fatica).

\* Evitare di consumare cibi tenuti per lungo tempo a temperatura ambiente (è il caso tipico dei buffet della prima colazione di certi grandi alberghi dove le uova strapazzate restano ore negli scaldavivande).

\* Chi cucina deve lavarsi le mani prima e durante la preparazione. Chi tocca il guscio delle uova, per esempio, deve provvedere a ripulire le mani.

\* Tenere sempre puliti i piani di lavoro, nonché frigoriferi e dispense.

## Il botulino

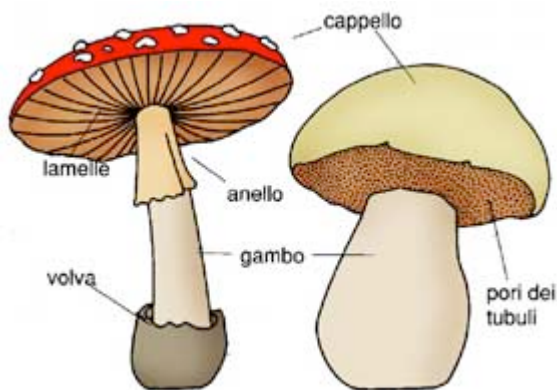
Si tratta dell'infezione alimentare più grave, mortale dal 35 al 65 per cento dei casi. Responsabile è un germe, il *Clostridium botulinum*, che vive nel suolo, nelle acque infette e nell'intestino degli animali. Non è nocivo di per sé, ma produce una tossina (veleno) pericolosissima. Questa si sviluppa a temperature fra 10 e 37 gradi (ma per alcuni tipi anche fino a 50 gradi), e in cibi dotati di un'acidità medio-bassa. La tossina viene bloccata, invece, in alimenti con concentrazione di zucchero superiore al 10 per cento. Viene inoltre distrutta da temperature superiori a 80 gradi mantenute per almeno un quarto d'ora. Queste temperature, tuttavia, non uccidono il botulino (è necessaria una temperatura di 100 gradi per circa tre ore).

L'avvelenamento da botulino si verifica nell'80 per cento dei casi con l'ingestione ai conserve fatte in casa, specie a base di fagiolini, mais, asparagi, fichi, funghi, spinaci, olive, tonno e altri cibi sott'olio; in salumi insaccati in maniera non corretta, in prosciutti preparati in casa, in pesce affumicato. L'8 per cento dei casi riguarda alimenti industriali preconfezionati e il resto è di origine non chiarita. La malattia compare da 2 ore a 6 giorni dall'ingestione, con nausea, vomito, dolore addominale, vertigini, stordimento, debolezza progressiva, difficoltà respiratorie fino a paralisi respiratoria. La morte sopravviene fra il terzo e il decimo giorno.

Prevenzione: non fate conserve e marmellate in casa se non conoscete alla perfezione le regole d'igiene da seguire. E, comunque, bollite sempre, per almeno un quarto d'ora e rimescolando, i prodotti confezionati da voi. Evitate nella maniera più assoluta le conserve di frutta artigianale e i sottaceti venduti da ambulanti, su bancarelle, senza etichetta con il nome del produttore, o quelli regalati da amici o dalla vicina di casa. Scartate le confezioni alimentari industriali che risultino rigonfie o che all'apertura emettano del gas.

## Avvelenamento da funghi

I funghi più pericolosi sono l'Amanita pantherina, l'Amanita muscaride, l'Amanita falloide.



È utile sapere che quasi tutti i funghi velenosi hanno il cappello a lamelle e tutti quelli mortali hanno un sacco biancastro (volva) da cui sporge il gambo. I sintomi variano da quelli tipici della banale indigestione (nausea, vomito, diarrea) a disturbi nervosi (vertigini, confusione mentale, delirio, sincope) e shock. In particolare, si possono avere due quadri clinici diversi:

- precoce (entro 4 ore dall'ingestione), con i sintomi dell'indigestione e uno stato simile a quello di ebbrezza;
- tardivo (10-15 ore dopo l'ingestione), con sintomi più gravi e maggior rischio di morte.

Se possibile trasportare insieme al paziente un campione di funghi per valutare il tipo di intossicazione.

## Punture di insetti

### Sintomi locali

Reazioni che si manifestano in tutti i soggetti nella zona di penetrazione del veleno. La loro intensità varia in base alla propria sensibilità ed è proporzionale al numero di punture subite:

- arrossamento
- gonfiore
- prurito
- dolore

### Sintomi allergici

Nel caso di persone allergiche al veleno dell'insetto o nel caso di un numero elevato di punture possono manifestarsi sintomi generalizzati:

- orticaria generalizzata
- gonfiore della glottite (senso di soffocamento)
- coliche addominali
- difficoltà respiratoria
- arresto cardio-circolatorio

## Trattamenti

- estrarre il pungiglione con delicatezza, schiacciandolo si può iniettare altro veleno
- lavare e disinfettare la zona punta
- far scorrere acqua fredda per alleviare il dolore e rallentare l'assorbimento del veleno (eventualmente impacco con del ghiaccio avvolto in un panno)
- applicare una crema antistaminica (prima leggere le istruzioni)
- nel caso di sintomi generalizzati recarsi immediatamente al pronto soccorso

## Da evitare

- la frizione sulla cute (aumenta l'assorbimento del veleno)
- impacchi di ammoniaca, anche se diluita (ha effetto ustionante)

## Le zecche



In caso di morso di zecca è necessario rimuovere l'insetto al più presto, ma senza avere fretta.

## Rimozione

La zecca va afferrata con una pinzetta il più possibile aderente alla cute e, lentamente per non schiacciarla, va tirata, senza strappi, con una delicata rotazione per evitarne la rottura. Non applicare olio o altre sostanze per "costringere" la zecca a mettere fuori la testa dalla pelle. Potrebbe vomitare il sangue aspirato favorendo l'ingresso di microrganismi o virus.

Se si dovesse rompere e la "testa" (il rostro) della zecca rimanesse all'interno della pelle, e' necessario provvedere alla completa rimozione con l'aiuto di un ago sterilizzato.

Non toccare mai la zecca con le mani e disinfettare la pinzetta utilizzata per la sua rimozione.

## Disinfezione

Dopo la rimozione va lavata abbondantemente la zona interessata dal morso e poi disinfettata, facendo attenzione ad evitare disinfettanti che colorano la pelle, per non correre il rischio di mascherare eventuali segni di infezione.

Le zecche infatti possono trasmettere diverse infezioni, anche se la probabilità di trasmissione di agenti patogeni per mezzo della puntura è molto bassa se individuate e rimosse correttamente entro le prime 36 ore.

Dopo aver rimosso la zecca e disinfettato la parte, va fatto seguire un periodo di osservazione (fino a 30 giorni) della zona interessata dal morso, se appare infiammata, gonfia o se insorge la febbre, va contattato un medico.