



*Manuale*

# PREVENZIONE E TERAPIA

L'ESSENZIALE IN BREVE

**hepatitis**

Schütz dich! Protège-toi! Proteggiti!



## INDICE

### I. Epatite

<b>Informazioni generali</b>	<b>2</b>
<b>Farsi vaccinare</b>	<b>4</b>
<b>Le cinque diverse forme di epatite virale</b>	<b>6</b>

### II. Prevenzione

<b>Igiene delle mani</b>	<b>7</b>
<b>Diffusione dei diversi agenti patogeni</b>	<b>9</b>
<b>Regole per il consumo</b>	<b>10</b>
<b>Profilassi post-esposizione (PEP)</b>	<b>13</b>
<b>Situazioni a rischio</b>	<b>14</b>

### III. Terapia

<b>Farsi curare</b>	<b>15</b>
<b>Trattamento dell'epatite C cronica</b>	<b>17</b>
<b>Effetti collaterali</b>	<b>18</b>

### IV. Annessi

<b>L'essenziale in breve</b>	<b>19</b>
------------------------------	-----------

#### Impressum

##### **Editore**

Infodrog  
Centrale di coordinamento nazionale delle dipendenze

##### **Su mandato ed in collaborazione con**

Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP)

##### **Realizzazione grafica**

visu! AG, Berna

##### **Ordinazioni**

Infodrog  
Eigerplatz 5 | Casella Postale 460 | 3000 Berna 14  
office@infodrog.ch | www.infodrog.ch

# I. Epatite

## INFORMAZIONI GENERALI

### **Epatite**

L'epatite è un'infiammazione del fegato. Viene spesso chiamata ittero ma si tratta di un errore, poiché la colorazione giallognola della pelle è solo uno dei molti sintomi della malattia, che non si manifesta per ogni epatite e si osserva anche in caso di altre malattie.

### **Cause dell'epatite**

- Nei paesi industrializzati occidentali la causa più frequente delle epatiti è l'abuso di alcol.
- La seconda causa più comune è l'infezione da uno o più virus epatici.
- Sono in aumento le epatiti causate dal deposito di grassi, dovuto al sovrappeso e ad un'alimentazione non equilibrata.

I virus dell'epatite necessitano di cellule umane del fegato per sopravvivere.

### **Forme di decorso dell'epatite virale**

- L'epatite acuta segue spesso il suo decorso senza presentare sintomi apparenti. Tuttavia, può essere accompagnata da spossatezza, nausea, vomito e dolori all'addome (più precisamente alla parte superiore destra).
- L'epatite cronica non presenta sintomi specifici (salvo allo stadio della cirrosi). Segue il suo decorso per diversi anni e può portare ad una cirrosi; il tessuto epatico necrotizzato è sostituito progressivamente da tessuto cicatriziale (con crescente pregiudizio delle funzioni epatiche), da cui è possibile si sviluppi un tumore (epatocarcinoma).
- Una cirrosi epatica avanzata comporta un grave disturbo delle funzioni epatiche.

### **Rilevamento di un'infezione virale**

Nel caso di una sospetta epatite virale, il medico curante procederà innanzitutto ad un esame generale, in seguito ad un prelievo di sangue per rilevare determinati anticorpi, prodotti dal sistema immunitario per reagire al virus, e/o identificare determinati componenti del virus.

### **Chi deve sottoporsi alle analisi per le epatiti?**

- Le persone che manifestano dei possibili sintomi della malattia, quali la colorazione giallognola della pelle, stanchezza e nausea.
- I consumatori di droghe, poiché i rischi di infezione da virus dell'epatite sono particolarmente elevati. Quanto prima l'infezione è diagnosticata e trattata, tanto più sono elevate le possibilità di guarigione.

Si raccomanda ogni consumatore di droghe di sottoporsi alle analisi che consentano di rilevare infezioni da epatite A, B e C. In caso di risultati negativi e di continua esposizione al rischio, effettuare almeno una volta all'anno uno screening (analisi sistematica per rilevare la presenza di anticorpi) affinché si possa diagnosticare una nuova possibile infezione.

→ Ulteriori informazioni nel capitolo I del manuale.

## FARSI VACCINARE

Contro l'epatite A e l'epatite B è possibile una vaccinazione sia attiva che passiva; per l'epatite C, invece, non esiste alcun vaccino. Contro l'epatite A e l'epatite B esistono vaccini combinati. Di norma, la prima dose di vaccino è seguita da una seconda e una terza dose, somministrate rispettivamente ad uno e a sei mesi di distanza. Questi vaccini si sono rivelati molto efficaci ( $\geq 90\%$ ) e ben tollerati.

### **La vaccinazione contro l'epatite A**

È raccomandata ai seguenti gruppi:

- consumatori di droga
- personale a stretto contatto con consumatori di droga o con persone a rischio oppure con persone che provengono da zone endemiche
- viaggiatori in zone endemiche (→ lista corrispondente sul sito web [www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch))
- minorenni di paesi in cui esiste un'endemia media o elevata, che vivono in Svizzera e tornano nel loro paese d'origine per soggiorni temporanei
- uomini che hanno relazioni sessuali con uomini
- persone che hanno una malattia epatica cronica (in particolare l'epatite C)
- persone che presentano una coinfezione da HIV, HBV e HCV

### **La vaccinazione contro l'epatite B**

Dal 1998, in Svizzera, si raccomanda di vaccinare le/gli adolescenti tra gli 11 e i 15 anni. In questo modo la vaccinazione mira a ridurre il rischio di infezione con l'inizio dell'attività sessuale. Per le altre fasce di età una vaccinazione è consigliata in casi particolari, ovvero alle persone che:

- lavorano nel settore sanitario, a contatto con sangue o con oggetti potenzialmente contaminati da liquidi biologici
- consumano droga

- svolgono una professione in ambito sociale o carcerario o in seno alla polizia ed entrano sovente in contatto con persone che consumano droga
- cambiano spesso partner sessuale
- vivono a stretto contatto (nella stessa economia domestica) con persone portatrici di virus (antigeni HBs) o che hanno relazioni sessuali con loro
- sono originarie di regioni a rischio (Africa, Asia, Oceania, alcune regioni dell'America meridionale) (→ lista corrispondente sul sito web [www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch))
- viaggiano in zone endemiche, dove entrano in stretto contatto con la popolazione (soggiorno prolungato, attività a rischio, comportamenti a rischio)
- presentano un indebolimento del sistema immunitario; pazienti in emodialisi (pazienti con reni artificiali), persone colpite da emofilia
- soffrono di una malattia epatica cronica (in particolare epatite C)
- presentano una coinfezione da HIV e HCV

## LE CINQUE DIVERSE FORME DI EPATITE VIRALE

	Epatite A	Epatite B	Epatite C	Epatite D	Epatite E
<b>Trasmissione</b>	<b>orale</b> contaminazione di acqua, alimenti e persone con materia fecale	<b>attraverso la cute o e mucose</b> sangue contaminato, rapporti sessuali non protetti, dalla madre contagiata alla/al neonata/o	<b>attraverso la cute o e mucose</b> sangue contaminato	<b>attraverso la cute o e mucose</b> come l'epatite B, solo in presenza di un'epatite B (coinfezione o superinfezione)*	<b>orale</b> come l'epatite A
<b>Periodo di incubazione</b>	15-50 giorni	1-6 mesi	50 giorni-6 mesi	1-6 mesi	15-50 giorni
<b>Decorso</b>	50-70% dei casi sviluppa i sintomi (nausea ecc.)	varia in funzione dell'età	per lo più senza sintomi, tuttavia con possibile evoluzione verso la cirrosi e il cancro al fegato	come l'epatite B	come l'epatite A; nel caso di gestanti può avere un decorso grave
<b>Epatite acuta</b>	sì	sì (50-70% in caso di infezione contratta in età adulta)	rara (5-10% dei casi)	sì	sì
<b>Epatite cronica</b>	mai	sì (5-10% in caso di infezione contratta in età adulta, 90% in caso di infezione contratta alla nascita)	sì (70-80% dei casi)	sì	mai
<b>Reinfezione</b>	no	no	sì	no	no
<b>Vaccinazione</b>	sì	sì (2 iniezioni per una protezione di lunga durata)	no	sì (il vaccino contro l'epatite B protegge anche dall'epatite D)	sì
<b>Terapia</b>	no	interferone e altri farmaci antivirali (efficacia < 50%)	interferone e Ribavirina (efficacia 50-90%)	interferone e altri farmaci antivirali (terapia poco efficace)	no

\* È possibile un'infezione contemporanea da entrambi i virus, oppure una persona che ha già contratto l'epatite B può essere contagiata in un secondo tempo anche dall'epatite D.

## II. Prevenzione

### IGIENE DELLE MANI

Gli agenti patogeni sono sovente trasmessi dal contatto con mani non lavate. Negli ambienti frequentati da persone che consumano droga occorre pertanto prestare estrema attenzione all'igiene delle mani: ciò vale tanto per le persone tossicodipendenti quanto per chi entra in contatto con loro. Qui di seguito sono riassunte le principali regole di comportamento da osservare.

#### Perché lavarsi le mani?

- Gli agenti patogeni sono piccoli ed invisibili. Alcuni possono provocare disturbi come diarrea o raffreddore ma a volte anche malattie più gravi, persino mortali.
- Se si lavano con cura le mani, ci si libera della maggior parte dei batteri (assieme ad altri germi e agenti patogeni), compresi quelli che hanno già sviluppato una resistenza agli antibiotici.
- Gli agenti patogeni penetrano nel corpo nel momento in cui ci si tocca con le mani sporche il naso, la bocca o ferite non rimarginate.

Il personale sanitario che lavora in studi medici, ospedali e così via è tenuto a lavarsi accuratamente le mani. Fa parte della responsabilità di ognuno attribuire all'igiene delle mani la dovuta importanza.

#### Quando lavarsi le mani?

- prima e dopo il consumo di droga per via endovenosa
- dopo ogni contatto con il proprio sangue o con quello di un'altra persona, o con superfici sporche di sangue
- di ritorno a casa
- prima di preparare un pasto o prima di mangiare
- dopo aver toccato alimenti non cotti (soprattutto pesce e carne)
- dopo ogni utilizzazione dei servizi igienici; dopo qualsiasi contatto con feci proprie o altrui

### Come lavarsi le mani?

- dopo un contatto ravvicinato con animali (nel caso di carezze)
- prima di mettere o togliere le lenti a contatto

Si consiglia di utilizzare un sapone non alcalino (pH 5.5) per non distruggere l'acidità naturale della pelle.

- utilizzare sapone e acqua calda corrente
- lavare tutta la superficie della mano, anche i polsi, i dorsi, le dita ed eventualmente anche sotto le unghie
- sfregare le mani una con l'altra per almeno 10-15 secondi
- asciugare le mani solo con un asciugamano pulito; nei servizi igienici pubblici solo con asciugamani di carta monouso; invece di strofinare è meglio tamponare la pelle, in modo da non rovinarla
- non chiudere il rubinetto (potenzialmente contaminato) direttamente con le mani pulite, bensì con l'aiuto dell'asciugamano di carta
- idratarsi le mani con una crema apposita

→ Ulteriori informazioni nel capitolo II del manuale.

### Sesso sicuro

## DIFFUSIONE DEI DIVERSI AGENTI PATOGENI

La seguente tabella illustra le diverse vie di diffusione dell'HIV e dei virus dell'epatite:

	Epatite					HIV
	A	B	C	D	E	
Infezione mediante contatto o sporcizia (feci)	■	-	-	-	■	-
Infezione mediante goccioline di respirazione (tosse, starnuti)	-	-	-	-	-	-
Acqua e alimenti	■	-	-	-	■	-
Sangue	■	■	■	■	-	■
Sperma e secrezioni vaginali	-	■	(■)	■	-	■
Saliva	-	-	-	-	-	-
Mani e altri intermediari	■	-	-	-	■	-
Oggetti (strumenti per l'iniezione, cannucce)	■	■*	■*	■*	■	■**

Non si sa ancora con certezza quanto a lungo possano sopravvivere gli agenti patogeni nel sangue secco (può darsi anche qualche giorno). In caso di dubbio, il sangue secco va trattato come potenzialmente infetto.

\* Gli oggetti contaminati di recente che entrano in contatto con pelle o mucose ferite possono trasmettere le epatite B, C e D (siringhe, cucchiari, filtri e così via).

\*\* Soprattutto gli aghi!

- In caso di rapporti sessuali con penetrazione - vaginale o anale - utilizzare sempre un preservativo di buona qualità; nel caso di rapporti anali, utilizzare sempre un lubrificante.
- Lo sperma non deve entrare in contatto con la bocca e non deve essere ingoiato.
- Il sangue mestruale non deve entrare in contatto con la bocca e non deve essere ingoiato.
- Prostituzione: utilizzare sempre il preservativo, anche in caso di sesso orale.

→ Ulteriori informazioni nel capitolo II del manuale.

## REGOLE PER IL CONSUMO

### Informazioni generali

- Rispetto all'HIV, i virus delle epatiti A, B e C sono più diffusi e resistenti.
- Le regole elencate qui di seguito sono di fondamentale importanza per le persone che consumano droga. Solo osservandole scrupolosamente esse potranno limitare la diffusione dell'epatite, dell'HIV e di altre infezioni legate alla tossicomania.
- Occorre rendere attente/i le/i consumatrici/consumatori ai vari rischi. Il sangue – anche secco, anche in infime quantità – può essere contaminato e pertanto va sempre considerato infetto.  
→ scheda illustrativa «Allarme sangue»
- Queste regole per il consumo vanno trasmesse alle/agli utenti tossicomani in modo adeguato e attribuendo loro il giusto peso. Occorre vegliare, soprattutto, che queste regole siano osservate anche al di fuori dei locali per il consumo.  
→ scheda illustrativa «Iniezione»

### Consumo per via endovenosa

- Solo con siringhe, aghi e filtri personali, nuovi e sterili.
- Lavarsi accuratamente le mani prima e dopo ogni consumo.
- In caso di frontloading, utilizzare esclusivamente siringhe, aghi e filtri personali, nuovi e sterili.
- Il cucchiaino, o qualsiasi altro recipiente adibito a preparare la miscela, va pulito accuratamente. Se non sono stati lavati con cura, in caso di riutilizzazione questi oggetti possono trasmettere batteri e virus (HIV, virus di epatiti).

- Qualsiasi tipo di filtro va utilizzato una volta sola, anche in caso di consumo solitario. Anche se un filtro contiene ancora residui di droga, non va riutilizzato in alcun caso. Potrebbe infatti essere stato contaminato con virus (HIV, virus di epatiti) ed inoltre, se conservato a temperatura ambiente, si trasforma in una vera e propria coltura di batteri e muffe che poi, in caso di riutilizzazione, contamina la preparazione e causa infezioni.

Utilizzare sempre il proprio materiale sterile di iniezione!

### Fumare

- Lavarsi le mani accuratamente prima e dopo ogni consumo.
- Utilizzare sempre una cannucchia o un tubicino personale.
- Utilizzare sempre un bocchino personale.
- Preferire la cocaina freebase.

Il virus dell'epatite C può trasmettersi fumando!

### Sniffare

- Disinfettare la superficie su cui si prepareranno le strisce di sostanza.
- Lavarsi accuratamente le mani.
- Utilizzare solo una cannucchia personale; non dividerla con nessuno.
- Non utilizzare mai banconote arrotolate al posto della cannucchia.
- Se la persona che inala una sostanza ha le mucose nasali ferite, la cannucchia o la banconota arrotolata che utilizza può essere contaminata con sangue e di conseguenza con virus di epatiti (B o C) o con l'HIV. Occorre quindi sempre utilizzare una cannucchia personale (post-it arrotolato, tubicino di plastica...).

Il virus dell'epatite C può trasmettersi sniffando!

### Eliminare il materiale del consumo

Tutto il materiale utilizzato per consumare della droga va eliminato al più presto e nel modo più sicuro.

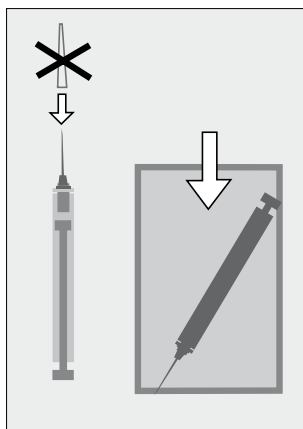
### Materiale in generale (eccetto siringhe ed aghi)

- Tamponi, filtri usati e così via vanno gettati nella spazzatura.

### Strumenti per l'iniezione

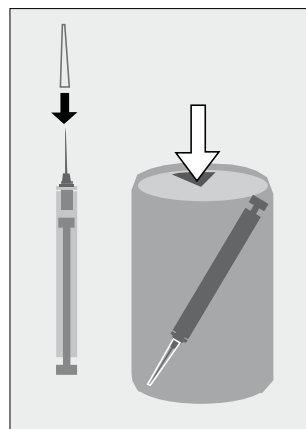
Ambiente medicalizzato  
e locale per il consumo

Al di fuori di locali per il  
consumo sorvegliati, dopo  
l'iniezione



**Non rimettere mai** il cappuccio di plastica sull'ago usato.

Eliminare ago e siringa sul posto, in un recipiente infrangibile, resistente e sicuro.



**Rimettere sempre** il cappuccio di plastica sull'ago usato.

Riporre l'ago con la siringa in un recipiente resistente (ad esempio, una lattina di alluminio), e gettarlo con la spazzatura ordinaria.

→ Ulteriori informazioni nel capitolo II del manuale.

## PROFILASSI POST-ESPOSIZIONE (PEP)

### Sul posto di lavoro

- Le persone che, per ragioni professionali, rischiano sovente di essere esposte a sangue infetto, dovrebbero essere vaccinate contro l'epatite B e sottomettersi alla titolazione degli anticorpi HBs, un esame che consente di stabilire se la vaccinazione è sufficiente.
- Ogni istituzione deve poter risalire rapidamente ai dati concernenti le/i sue/suoi collaboratrici/collaboratori, così da non perdere tempo prezioso al momento di un'eventuale profilassi post-esposizione.
- Chi entra in contatto sul posto di lavoro con persone che consumano droga per via endovenosa, dovrebbe essere vaccinato non solo contro l'epatite B, ma anche contro l'epatite A.
- Attualmente esistono farmaci efficaci in grado di diminuire il rischio di infezione da HIV e dal virus dell'epatite B. Dopo un contatto con sangue infetto, bisogna avviare quanto prima le misure profilattiche post-esposizione.
- Contro l'epatite A esiste una vaccinazione attiva.
- Contro l'epatite C, invece, non esiste alcuna misura profilattica post-esposizione.

Ogni istituzione deve nominare un medico al quale le/i proprie/propri dipendenti possono rivolgersi nel caso in cui siano state/i esposte/i a materiale biologico potenzialmente infetto oppure ad un rischio di infezione particolare (ferita da ago o ferita da taglio). Può infatti rivelarsi molto utile avviare al più presto una profilassi post-esposizione (ad esempio, vaccinazione attiva, vaccinazione passiva o terapia medicamentosa).

### SITUAZIONI A RISCHIO

Nel caso di:

- ferita da ago
- ferita da morso
- contatto di pelle malata (eczema, ferita, ...) con sangue o liquidi biologici
- contatto di mucose (occhi, bocca) con sangue o liquidi biologici

va contattato immediatamente il medico curante, il pronto soccorso più vicino oppure un ambulatorio specializzato in malattie infettive, così da informarsi esattamente su come procedere.

#### Provvedimenti

- Prelevare un campione di sangue della/del paziente entrata/o in contatto con la persona esposta, al fine di accertare la presenza di HIV, HCV o HBV. Di questa/o paziente si dovrebbero inoltre registrare le generalità.
- Nel caso in cui la persona esposta rinunci ad una profilassi post-esposizione, per motivi di ordine assicurativo, è tenuta comunque a rivolgersi al più presto ad un medico per un prelievo di sangue. Le analisi vanno ripetute una volta dopo 3 mesi ed una volta dopo 6 mesi.
- Durante questo periodo, la persona in questione va considerata potenzialmente infetta e quindi contagiosa. Deve pertanto attenersi alle regole di prevenzione di trasmissione del virus, in particolare ai principi del sesso sicuro.

→ Ulteriori informazioni nel capitolo II del manuale.

### FARSI CURARE

- La terapia delle epatiti virali ha, rispetto alle/agli altre/i pazienti, le stesse possibilità di successo nelle/nei pazienti tossicodipendenti. La terapia va tuttavia eseguita da medici o da istituzioni mediche che dispongano della necessaria esperienza sia nel settore della tossicodipendenza sia in quello delle infezioni da epatite virale.
- È importante fornire informazioni e chiarimenti sulle implicazioni di un trattamento contro l'epatite C ai consumatori di droghe infetti.
- L'obiettivo principale del trattamento consiste nell'eliminazione dei virus dell'epatite C affinché si impedisca la distruzione progressiva del fegato e si possa migliorare la qualità di vita.
- In Europa occidentale predominano quattro genotipi (i genotipi 1, 2, 3 e 4). Il tasso di guarigione oscilla tra il 70 e il 90% per i genotipi 2 e 3, mentre si situa attorno al 50% per il genotipo 1. Per dei rari casi di genotipo 4, il tasso può essere poco superiore al 50%.

#### Prescrizione

La prescrizione medica di una cura contro l'epatite C è in costante evoluzione e regolarmente ridiscussa dagli specialisti. Attualmente, la prescrizione avviene di norma alle condizioni seguenti:

1. Presenza del virus dell'epatite C (HCV-RNA) nel sangue (viremia positiva) e danno epatico con fibrosi portale e settale.
2. Assenza di controindicazioni al trattamento (depressioni o psicosi non controllate; patologie polmonari, cardiache o neurologiche avanzate; malattie del sistema immunitario; malattie con prognosi negativa (eccetto nel caso di lunga remissione); anemia grave; indizi di disturbi epatici avanzati / non controllati; abuso etilico o consumo di droga per via endovenosa).

3. La/il paziente condivide la decisione di avviare la terapia dopo essere stata/o informata/o dettagliatamente sulle probabilità di successo, sui potenziali effetti collaterali e sul rischio, in caso di rinuncia, che la malattia abbia un decorso negativo.
4. Aderenza della/del paziente alla terapia (è disposta/o a seguire il trattamento e a presentarsi regolarmente alle visite di controllo) e ne approva le modalità. Il successo della cura dipende in larga misura dalla relazione di fiducia che la/il paziente e il medico curante riescono ad instaurare.

Altri aspetti da considerare:

- È raccomandato di combinare il trattamento per l'epatite C con la terapia sostitutiva. Spesso è il caso di aumentare temporaneamente la dose di metadone o di eroina durante la terapia.
- È controindicato effettuare un trattamento per l'epatite C durante una cura di disintossicazione o durante i 6 mesi successivi a causa dei rischi elevati di ricadute.
- Per le persone in istituti di cura residenziale o carceri, è possibile avviare un trattamento dell'epatite C. L'aderenza alla terapia è persino migliore. Vanno tuttavia prese precauzioni per evitare un'interruzione brusca al momento della dimissione.

In caso di consumo parallelo sporadico e in buone condizioni igieniche, il trattamento può essere proseguito. In caso di consumo massivo, incontrollato per via endovenosa o nasale, l'interruzione del trattamento deve essere preso in considerazione.

## TRATTAMENTO DELL'EPATITE C CRONICA

- L'epatite C cronica viene attualmente trattata con una combinazione di interferone pegilato e di Ribavirina. L'interferone pegilato viene somministrato una volta alla settimana per iniezione sottocutanea. L'iniezione può essere effettuata dalla/dal paziente stessa/o, debitamente istruita/o, o da una persona curante. Questo secondo farmaco viene assunto due volte al giorno sotto forma di pastiglie.
- La durata della terapia dipende dal genotipo del virus dell'epatite: può essere di 24 o di 48 settimane.

Ulteriore attenzione va prestata ai seguenti punti:

- Il paziente deve essere informato che il trattamento dell'epatite C è un processo di lunga durata che si protrae anche dopo la fine della terapia antivirale. Il paziente dovrà effettuare delle visite mediche con una scadenza di almeno una volta al mese.
- Nei consumatori di droghe, le terapie subiscono spesso un decorso negativo soprattutto a causa degli effetti collaterali psichici. Per questo motivo, un rapporto di fiducia tra medico e paziente è importante.

I pazienti con malattie psichiatriche instabili devono essere indirizzati a dei centri specializzati e competenti.

## IV. Annessi

### EFFETTI COLLATERALI

Gli effetti collaterali e la loro importanza possono essere molto diversi da individuo ad individuo. Di solito insorgono durante le prime settimane della terapia e sovente si riducono con il passare del tempo.

#### **Effetti collaterali somatici**

- **Sindrome influenzale** : appare nelle ore o nei giorni (in caso di interferone pegilato) immediatamente seguenti l'iniezione. Sintomi: febbre, mal di testa, fatica, dolore muscolare ed articolare. Questi sintomi possono essere combattuti con un normale analgesico (paracetamolo, 500 mg, 2-4 past./giorno).
- **Spossatezza**: molto frequente. Può diminuire nel corso della terapia, ma scompare solo al termine.
- **Nausea**: sovente accusata all'inizio della terapia (Ribavirina). Se persiste, si può ricorrere ad un trattamento sintomatico.

#### **Effetti collaterali psichici**

- Sbalzi di umore, instabilità emotiva e irritabilità
- Stati depressivi
- Disturbi del sonno
- Stati d'ansia
- Stati maniacali
- Disturbi cognitivi (memoria, concentrazione, raramente: stati confusionali)

→ Ulteriori informazioni nel capitolo III del manuale.

#### **Igiene**

#### **«Allarme sangue!»**

#### **Per consumare droga, utilizzare sempre materiale personale e sterile**

#### **Tecniche di iniezione igieniche**

Gli agenti patogeni vengono spesso trasmessi attraverso le mani. Per i consumatori di droghe, l'igiene delle mani necessita un'attenzione particolare.

→ capitolo II.1.1

Il sangue può essere contagiato dal virus dell'epatite o dall'HIV e deve perciò essere sempre considerato potenzialmente infetto. Bisogna pertanto prestare la massima attenzione anche alle minime tracce di sangue, anche se secche e non solo nel caso di consumo per via endovenosa.

→ capitolo II.1.3 | → scheda illustrativa «Allarme sangue!»

È necessario garantire che vi sia materiale sterile per iniezioni in quantità sufficiente 24 ore su 24. Occorre in particolare tener conto dell'ingente fabbisogno di materiale sterile tra i consumatori di cocaina per via endovenosa.

- **Consumare per via endovenosa**: prevedere delle superfici pulite. Utilizzare una siringa e un ago personali e sterili; anche il filtro, il cucchiaino e l'acqua devono essere personali. Disinfettare con alcol il punto dove si intende effettuare l'iniezione.

→ scheda illustrativa «Iniezione»

- **Sniffare**: avere sempre a disposizione materiale pulito; utilizzare una cannucchia personale.

- **Fumare/respirare i vapori della sostanza (pipe ad acqua)**: utilizzare un bocchino o una cannucchia personale.

→ capitolo II.2.3, 2.4

- Lavarsi accuratamente le mani.

- Utilizzare una siringa sterile munita di filtro. In caso di emergenza, ricorrere eventualmente ad un pezzo di filtro di sigaretta. Dopo l'uso, non togliere il filtro della sigaretta con i denti, ma con le mani lavate.

- Non condividere, prestare o scambiare i filtri.

- Utilizzare un cucchiaio personale. Pulire accuratamente (con acqua, con un tampone imbevuto di disinfettante) prima dell'uso.
  - Utilizzare acqua sterile o, nel caso non fosse disponibile, acqua fresca direttamente dal rubinetto.
- capitolo II.2.2

#### **Sesso sicuro**

- In caso di rapporti sessuali con penetrazione (sia vaginale sia anale), utilizzare sempre un preservativo di buona qualità. Nel caso di rapporti anali, utilizzare sempre un lubrificante;
  - Lo sperma e il sangue mestruale non devono entrare in contatto con la bocca e non devono essere ingoiati;
  - Prostituzione: utilizzare sempre il preservativo, anche in caso di sesso orale.
- capitolo II.1.4

#### **Farsi vaccinare**

- Contro le epatiti A e B è possibile farsi vaccinare.
  - Contro l'epatite C e l'HIV non esiste nessuna vaccinazione.
- capitolo I.2.7

#### **Sottoporsi ai controlli**

Spesso un'infezione da epatite passa inosservata perché non presenta sintomi. Tanto prima un'infezione viene individuata e curata, quanto maggiori sono le possibilità di guarire o di ottenere dei miglioramenti. È pertanto importante sottoporsi alle analisi per individuare l'epatite. → capitolo I.2

#### **Farsi curare**

Anche le persone che consumano droghe possono essere curate. I tassi di riuscita sono simili a quelli dei pazienti senza problemi di dipendenze. → capitolo III  
Una valida consulenza è di importanza fondamentale.  
→ capitolo III.1.6

**Attenzione: nel caso dell'epatite C, un nuovo contagio è possibile.**