

CORRIERE DELLA SERA



il TEMPO della SALUTE LIVE E IN STREAMING

4-7 NOVEMBRE

HOME

PROGRAMMA

LA SEDE E COME PARTECIPARE

I PROTAGONISTI

VIDEO

ULTIME EDIZIONI



LE CONSEGUENZE



Covid e salute dei polmoni: dall'asma alla fibrosi, quello che serve sapere



Dai controlli necessari agli effetti più gravi, dalla prevenzione alla cura delle principali malattie che interessano il respiro: la buona salute dei nostri polmoni è determinante per vivere bene



di Silvia Turin



La pandemia di Covid-19 ha messo al centro dell'attenzione dell'intera popolazione l'apparato respiratorio. La nuova malattia ha reso evidente un fatto a lungo dato per scontato: la buona salute dei nostri polmoni è determinante per vivere bene.

Uno degli aspetti di cui sentiremo parlare ancora per parecchio e che, per ora, è stato meno approfondito (anche perché è necessario raccogliere i dati su molte persone e far trascorrere molto tempo) sono **le conseguenze a lungo termine di Covid-19**: cosa sappiamo oggi delle sequele che l'infezione lascia nei malati?

Al [Tempo della Salute](#) Vera Martinella ne ha parlato con **Sergio Harari**, professore di Medicina Interna all'Università degli Studi di Milano, direttore Pneumologia e Medicina Interna [all'Ospedale San Giuseppe MultiMedica](#) Milano.

Attraverso i canali social del *Corriere della Sera* sono arrivati circa **150**



Iscriviti alla newsletter

Corriere Salute

Ogni lunedì, **GRATIS**, ricerca, sanità, prevenzione e il parere degli esperti

ISCRIVITI

I PIÙ VISTI



Corriere della Sera

quesiti/commenti. Ne sono stati selezionati alcuni, cui il professor Harari ha risposto.

Che cosa si intende con Long Covid?

«Si definisce “Long Covid” una condizione in cui ci sono sintomi perduranti nell’organismo dopo 3 mesi dall’infezione da Covid. Probabilmente il motivo è che si instaura un meccanismo immunitario per cui l’organismo viene “sregolato” nel suo sistema normale di difesa e attacca i nostri organi. Per tradurre: ci sono sintomi respiratori in parte legati alla polmonite e alla completa risoluzione, che richiede tempi lunghi, ma sono presenti e comuni anche altri disturbi, come stanchezza, problemi neurologici e di altro genere... L’organismo può essere interessato da una situazione che dura più a lungo della scomparsa del virus e ci preoccupa perché vediamo adesso quali siano le conseguenze dopo un anno, ma non sappiamo come sarà nei prossimi anni».

Quali sono le manifestazioni più tipiche del Long Covid nei polmoni?

«Oggi si pensa che il Long Covid possa interessare addirittura il 50% dei pazienti ex Covid. Una parte dei disturbi respiratori che permangono sono giustificati dalle sequele dei virus: il danno polmonare ci mette del tempo a guarire. La bella notizia è che guarisce nella maggior parte dei casi. I sintomi sono di tipo asmatico come per tutti i tipi di virus respiratori. Capita anche di avere una risoluzione radiologica, ma persistono difficoltà nell’esercizio fisico, non ci sono più le stesse performance. Una delle ricerche più recenti dice che c’è un’alterazione del microcircolo polmonare, un’infiammazione dei piccoli vasi che non vediamo, ma che giustifica il quadro che riferiscono molti pazienti».

Chi è più a rischio di avere sintomi del genere? Chi è stato ospedalizzato o ci sono anche i pazienti curati a casa?

«I primi dati vengono dalla Lombardia per cui abbiamo un controllo del tempo maggiore che in altri Paesi. I pazienti con ospedalizzazione soffrono delle conseguenze a lungo termine con maggiore consumo di farmaci e maggiori ricoveri nei mesi successivi. Può capitare anche nei soggetti che sono stati a casa. Poi ci sono le categorie a maggior rischio. In genere anche i pazienti curati in terapia intensiva soffrono di tempistiche lunghe riguardo al recupero respiratorio e alle conseguenze della ventilazione forzata».

Chi ha la possibilità di recuperare pienamente e chi no?

«Il recupero funzionale avviene solitamente a 6-12 mesi e la normalizzazione della tac, ma spesso l’eradicazione del virus non coincide con la guarigione clinica. Mediamente ci vogliono appunto 6-12 mesi. Non sappiamo quali pazienti recupereranno prima o dopo, non necessariamente è sempre legato alla gravità del Covid avuto. Per fortuna, la maggioranza guarisce completamente. Una quota di pazienti ha una fibrosi polmonare che rimane per sempre».

Come riconosco di avere un Long Covid?

«Un senso di costrizione toracica, fiato corto nel fare le scale o camminate lunghe. Posso fare uno screening e la tac del torace per vedere se ci sia un danno. Una quota di pazienti ha però una tac normale ma ha sintomi ugualmente. Non sono sintomi di natura ansiosa, sono qualcosa legato al microcircolo che non riusciamo ancora ad identificare con esattezza».

Come «si aiutano» i polmoni?

«Le attività fisiche che fanno lavorare i polmoni sono da preferire: il nuoto per eccellenza. Bisogna sforzarsi? È bene farlo senza esagerare: monitorare la saturazione durante l’esercizio, perlomeno deve sempre essere sopra al 90-92 per cento. Se vediamo che i livelli sono buoni possiamo fare quel che ci sentiamo con gradualità di

esercizio».

Cos'è la fibrosi polmonare?

«La fibrosi è un tessuto cicatriziale nel polmone. Può essere una conseguenza di alcune malattie, come il Covid. Rimane in una percentuale limitata di pazienti dopo il Covid: una percentuale che, per quanto limitata, in Lombardia è già significativa, con danni persistenti nel tempo. Esiste anche la fibrosi polmonare idiopatica, che è una malattia a sé di cui non si conosce la causa, anche se sono noti alcuni fattori di rischio, come gli inquinanti, il fumo e l'età. È una malattia invalidante a progressione importante».

Come capire se abbiamo una fibrosi polmonare?

«È una malattia rara che spesso comporta un ritardo diagnostico. I sintomi sono la mancanza di fiato (anche se è un sintomo piuttosto aspecifico) e la tosse stizzosa. Sono sintomi "graduali". Ha un segno clinico molto suggestivo quando un medico ausculta il torace del paziente: rantoli crepitanti. Gli esami sono quelli di funzionalità respiratoria e la tac del torace».

Dove farsi curare o diagnosticare se si sospetta una fibrosi?

«È importante ridurre il ritardo diagnostico per poter prescrivere le cure in grado di rallentare la malattia. Ci sono centri specifici con consolidata esperienza. Anche le associazioni di pazienti sono molto importanti».

Se resta una fibrosi polmonare dopo il Covid quali sono le cure? Le stesse della fibrosi idiopatica?

«Non sappiamo se ci sono cure specifiche per la forma post Covid: sappiamo che questa quota di pazienti può trarre beneficio da terapia cortisonica quando il danno non sia consolidato. Quando il danno è consolidato non è ancora noto quali farmaci saranno più utili, ma aspettiamo dati clinici, perché per ora c'è solo l'esperienza ad aiutarci».

Ci sono farmaci che possono sostituire l'ossigenoterapia a casa per chi è costretto a farla?

«Ci sono due molecole che stiamo valutando contro la fibrosi che sembra che portino a un miglioramento clinico, ma le stiamo studiando. L'altra unica alternativa è il trapianto. Comunque l'ossigeno-terapia può essere portata avanti tutta la vita».

All'estero c'è di meglio?

«Le nuove cure ci sono anche in Italia: due farmaci sono già approvati da anni e vengono prescritti tramite il Servizio sanitario nazionale e gli altri, ancora in sperimentazione, vengono comunque somministrati all'interno di studi clinici aperti nel nostro Paese. In Italia ci sono praticamente tutti i trial più importanti al mondo perché nel campo della fibrosi il nostro è uno dei Paesi più all'avanguardia».

Ci sono differenze tra anziani e giovani adulti per quanto riguarda il Long Covid?

«Gli anziani sono soggetti a una maggior frequenza di complicanze intese come mortalità a distanza, altri ricoveri e aumento del consumo di farmaci».

Come si controllano i polmoni sani? Quali esami fare?

«Bisogna controllarsi in presenza di fattori di rischio: chi fuma deve fare dei controlli che vanno dall'esame spirometrico, agli screening con tac a basso dosaggio, annualmente. Chi non ha sintomi e fattori di rischio non deve farli».

Cosa consiglia per migliorare la salute dei polmoni?

«È importante mantenere un'attività fisica modellata su sé stessi e sulle proprie



esigenze con un occhio di riguardo ai muscoli che sostengono la gabbia toracica che contiene i polmoni».

4 novembre 2021 (modifica il 4 novembre 2021 | 17:25)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

CORRIERE DELLA SERA

Gazzetta | Corriere Mobile | El Mundo | Marca | RCS Mediagroup | Fondazione Corriere | Fondazione Cutulli | Quimamme | Codici Sconto
Copyright 2021 © RCS Mediagroup S.p.a. Tutti i diritti sono riservati | Per la pubblicità: CAIRORCS MEDIA S.p.A.
RCS MediaGroup S.p.A. - Direzione Media Sede legale: via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano | Capitale sociale: Euro 270.000.000,00
Codice Fiscale, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155 | R.E.A. di Milano: 1524326 | ISSN 2499-0485

Chi Siamo | The Trust Project
Servizi | Scrivi | Cookie policy e privacy
Confronta offerte ADSL | Confronta offerte Luce e Gas



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.