

Novità nell'automedicazione dell'herpes labiale

Quasi sempre l'herpes è un ricordo dei baci che ci hanno dato i nostri famigliari quando eravamo bambini, perché questa è la principale, anche se non l'unica, modalità di trasmissione del virus, chiamato Herpes simplex-1 (HSV-1).

Dopo il contagio, il virus si annida nelle cellule nervose e, di tanto in tanto, magari dopo un'intensa esposizione al sole o dopo una giornata particolarmente stressante, migra alla superficie delle labbra o in altre zone del viso, provocando dapprima un tipico pizzicore, poi l'eruzione delle vescicole ripiene di liquido e di virus che dopo alcuni giorni si rompono dando luogo ad una piccola lesione dolente. Si forma poi una crosticina che cade senza lasciare traccia.

La guarigione completa avviene di solito dopo 7-10 giorni.

Il virus può facilmente essere trasmesso ad altre persone e ad altre parti del corpo (autoinoculazione). In particolare, occorre prestare attenzione a non portare le mani a contatto con gli occhi, perché il virus può provocare la cheratite erpetica, una grave complicazione che può portare a cecità.

Cosa fare

A tutt'oggi non esiste una terapia risolutiva dell'herpes labiale: nessun farmaco, infatti, è in grado di eliminare il virus dalle cellule nervose all'interno delle quali rimane quiescente. Tuttavia il ricorso agli antivirali in crema (aciclovir - es. Zovirax Labiale, penciclovir - Vectavir) consente di ridurre il numero delle lesioni e le loro dimensioni, di abbreviare la durata dell'eruzione (anche se di poco) e di alleviare i sintomi. La massima efficacia di questi prodotti si ha quando vengono applicati appena si avverte il tipico pizzicore al labbro, prima che le vescicole divengano evidenti, ripetendo l'applicazione ogni 4 ore (aciclovir) o ogni 2 ore (penciclovir) - omettendo ovviamente l'applicazione durante le ore notturne - e proseguendo il trattamento per almeno 4 giorni. Si possono acquistare direttamente in farmacia appena si avvertono i primi sintomi dell'eruzione dell'herpes. Naturalmente il problema estetico rimane, anche se per un periodo più limitato. In caso di febbre o dolore intenso si può ricorrere ad analgesici come il paracetamolo e l'ibuprofene.

L'applicazione locale di ghiaccio può aiutare a ridurre il fastidio e il gonfiore.

In alternativa alle creme antivirali si può ricorrere ai cerottini da posizionare sulle lesioni di estensione modesta. Ne esistono di diversi tipi, più o meno trasparenti, costituiti da materiali "autodissolubili" o non. Questi cerotti vanno applicati appena si avvertono i primi sintomi dell'herpes e vanno sostituiti quando si dissolvono (primo tipo) o quando cominciano a perdere aderenza (secondo tipo), mediamente ogni 8-10 ore.

Ovviamente sotto al cerotto non vanno messe né creme né cosmetici che ne impedirebbero l'adesione. Il loro principale vantaggio è quello di proteggere la lesione, riducendo la possibilità di toccarla inavvertitamente e di diffondere l'infezione con le mani, soprattutto quando le vescicole si rompono liberando il liquido e miliardi di virus. Inoltre, la protezione data dalla pellicola consente di mantenere umida la lesione evitando che la crosticina che si forma dopo la rottura delle vescicole, si fessuri e sanguini al minimo stiramento delle labbra. Riducendo il rischio di sanguinamento, si accelera la guarigione della lesione. Esteticamente questa soluzione ha indubbi vantaggi rispetto alla crema: le lesioni sono meno evidenti e questo può ridurre il "disagio sociale", anche se neppure i cerotti sono comunque "invisibili".

Gli svantaggi segnalati sono la difficoltà ad applicarli correttamente soprattutto le prime volte (è importante leggere attentamente le istruzioni accluse alla confezione), la percezione della loro presenza, il fatto che non possono essere applicati troppo vicino alla zona mucosa altrimenti si distaccano facilmente, ed infine il costo non trascurabile.

Per prevenire la riacutizzazione dell'herpes labiale è utile:

- proteggere le labbra con filtri solari ad alta protezione quando ci si espone al sole;
- evitare il più possibile traumatismi alle labbra, ad es. proteggendole con emollienti (burrocacao) per evitare screpolature durante la stagione invernale.

Per prevenire la diffusione dell'infezione:

- evitare contatti orali con altre persone (es. baci), soprattutto bambini, per tutta la durata dell'episodio di herpes;
- non toccare le lesioni con le mani, tranne quando si applicano la crema o i cerotti e lavarle subito dopo con acqua e sapone, per evitare il rischio di trasmetterlo agli occhi o ad altre parti del corpo, es. area genitale;
- non condividere burrocacao, gloss per labbra, rossetti, etc. con altri perché, venendo a contatto con la lesione erpetica, possono diffondere il virus;
- evitare nel modo più assoluto di inumidire le lenti a contatto con la saliva quando le si indossa, per evitare di diffondere l'infezione agli occhi.