

### Punti chiave

L'herpes genitale è un'infezione trasmessa sessualmente  
Il contagio avviene durante i rapporti sessuali, compresi i rapporti orali  
L'infezione è spesso asintomatica  
Il trattamento è semplice  
Puoi proteggerti usando SEMPRE il preservativo durante i rapporti sessuali

### Da cosa è causato l'herpes genitale?

- ❖ È causato dal virus Herpes Simplex (HSV). Il virus esiste in due forme (HSV1 e HSV2) tra loro correlate ma con manifestazioni cliniche che possono essere diverse.
- ❖ Entrambi i tipi di herpes simplex possono infettare l'area genitale, anale (herpes genitale), il naso e la bocca (herpes labiale) o le mani e le dita (patereccio). L'herpes labiale è causato più spesso da HSV1.
- ❖ HSV-1 è la principale causa di herpes labiale, tuttavia in seguito a rapporti orali può causare anche herpes genitale.
- ❖ Il virus è capace di penetrare nel corpo attraverso la mucosa orale, vaginale, rettale ma anche attraverso l'uretra (il condotto attraverso il quale fuoriesce l'urina) e al di sotto del prepuzio. Il virus può penetrare anche attraverso piccole ferite della pelle.

### Come avviene il contagio?

- ❖ Molte persone contraggono l'herpes da persone che non sanno di essere infette.
- ❖ Puoi contrarre l'herpes durante rapporti sessuali con un partner che ha già contratto l'infezione. Il contagio può avvenire durante un rapporto vaginale, orale o anale o anche attraverso lo stretto contatto tra mucose genitali.
- ❖ Il modo più facile per contrarre l'herpes genitale da HSV2 è durante un rapporto sessuale con chi ha già contratto l'infezione. L'herpes genitale dovuto a HSV1, invece, si può contrarre più frequentemente dopo aver ricevuto rapporti orali da una persona con herpes labiale in fase conclamata o prodromica (questo avviene solo raramente per l'HSV2).
- ❖ Raramente una persona con herpes a livello delle dita o delle mani può trasmettere l'herpes genitale a un'altra persona toccandole i genitali.
- ❖ L'infezione può avvenire settimane, mesi o anche anni prima della comparsa dei sintomi.

### Quali sono i sintomi?

- ❖ La maggior parte delle persone sono totalmente asintomatiche. Circa 1 persona su 3 sviluppa sintomi di herpes genitale entro 4-5 giorni dal contagio.
- ❖ Spesso il virus può essere presente nell'organismo per settimane, mesi o anni prima che la persona infetta ne sia consapevole. Se manifesti sintomi di herpes genitale non significa che hai appena contratto l'infezione.
- ❖ Potresti avvertire malessere generale, con sintomi simil-influenzali come febbre, mal di testa, stanchezza. Questo malessere spesso è seguito da sensazione di prurito o bruciore dell'area genitale o anale che precedono la comparsa di piccole vescicole piene di fluido che poi si rompono entro un giorno o due lasciando il posto ad una crosta che in seguito va incontro a guarigione.

- ❖ I pazienti infettati da HSV-2 spesso hanno un primo episodio di herpes genitale più lieve rispetto a chi ha contratto l'HSV1.
- ❖ Il virus in seguito permane nell'organismo in forma latente (inattiva) per riattivarsi e manifestarsi nuovamente in futuro.
- ❖ Quando il virus è presente su cute e mucose può essere trasmesso, anche in assenza di sintomi.
- ❖ A volte il virus si manifesta in modo ricorrente a livello delle mucose genitali, si parla in questo caso di herpes genitale ricorrente.
- ❖ Tipicamente, un paziente con infezione da HSV2 può avere 4 o 6 recidive di malattia in un anno. I pazienti con HSV1 soffrono di recidive meno spesso, in genere meno di una volta all'anno.
- ❖ I segni e i sintomi delle recidive in genere sono più lievi e guariscono più velocemente rispetto al primo episodio. Spesso si avverte una sensazione di pizzicore o malessere simil-influenzale prima delle manifestazioni cliniche. Alcuni pazienti avvertono anche prurito o dolore prima della comparsa delle vescicole (queste ultime sono in genere meno numerose durante le recidive rispetto al primo episodio). Solitamente le vescicole ricompaiono sempre nella stessa area, o nelle aree di cute e mucosa vicine.

### A cosa sono dovute le recidive?

- ❖ I fattori scatenanti riportati includono stanchezza e stress, ma le evidenze in merito sono limitate. Gli episodi possono essere scatenati anche dalla frizione durante i rapporti sessuali o la masturbazione, così come dall'attrito dovuto a indumenti stretti. L'herpes labiale può essere scatenato dall'esposizione a radiazioni ultraviolette.

### Devo sottopormi a qualche test?

- ❖ Sì, per fare diagnosi è necessaria l'esecuzione di un tampone da una vescicola o da un'ulcera. Questo test solitamente è molto accurato e i risultati si hanno in genere in meno di 2 settimane. Questo test è in grado inoltre di dirti che tipo di herpes hai (HSV-1 o HSV-2), in modo da permettere al tuo medico di darti informazioni più accurate in base alla tipologia di virus.
- ❖ Se non hai sintomi non è possibile eseguire i test per l'infezione. I test su sangue attualmente disponibili non sono molto accurati e i risultati potrebbero non essere in grado di dirti se hai davvero l'infezione o no.
- ❖ Se pensi di avere sintomi riconducibili all'herpes o ad un'altra infezione dovresti essere visitato dal tuo medico curante o in un centro di malattie sessualmente trasmesse (dermatologia e venereologia).
- ❖ Se hai l'herpes dovresti eseguire dei test per la ricerca di altre infezioni trasmesse sessualmente, come l'HIV, la sifilide, la clamidia e la gonorrea. Queste infezioni infatti possono essere presenti nello stesso momento, talvolta in modo asintomatico.

### Quali terapie esistono?

#### Primo episodio

- ❖ Per il primo episodio vengono raccomandati farmaci antivirali da somministrare entro i primi giorni dalla comparsa dei sintomi.
- ❖ Importante mantenere l'area pulita lavando con acqua tiepida.
- ❖ Importante lavarsi le mani dopo aver toccato la cute infetta.
- ❖ Assicurati di bere molti liquidi.
- ❖ Alcuni pazienti traggono beneficio dall'applicazione di impacchi freddi (non applicare ghiaccio a diretto contatto con la cute) o dal getto di acqua fredda.
- ❖ Può essere d'aiuto indossare indumenti comodi.
- ❖ Se il passaggio dell'urina è doloroso prova ad urinare mentre fai un bagno caldo o applica un impacco di acqua calda sui genitali. Se non riesci ad urinare per molte ore rivolgiti al pronto soccorso.

#### Herpes ricorrente

- ❖ Se le recidive non ti causano nessun fastidio non è necessario assumere farmaci in quanto le lesioni si auto-risolveranno.
- ❖ Alcune persone trovano d'aiuto assumere la terapia antivirale se hanno episodi ricorrenti dolorosi. Il tuo medico ti può prescrivere i medicinali da assumere a casa all'inizio di ogni recidiva.
- ❖ Se le recidive sono molto frequenti è possibile assumere la terapia ogni giorno con lo scopo di prevenire le recidive o ridurle. Parlane col tuo medico se è qualcosa che stai prendendo in considerazione. Alcune persone scelgono di fare questa terapia preventiva per ridurre il rischio di contagiare altre persone.

#### Se ho l'herpes virus posso avere rapporti sessuali o no?

- ❖ Puoi trasmettere l'infezione solo a chi non ha già contratto il tuo STESSO tipo di HSV (HSV-1 o HSV-2). Se hai l'HSV-2 puoi infettare chi ha l'HSV-1 e viceversa, anche se il rischio di trasmettere l'infezione è maggiore se l'altra persona non è mai stata infettata da nessuna delle due tipologie virali.
- ❖ Il virus si può trasmettere appena prima, durante o subito dopo un episodio di herpes genitale. Il rischio di trasmettere l'infezione si può ridurre se ci si astiene dai rapporti sessuali durante questi periodi.
- ❖ Si pensa che molte persone possano occasionalmente diffondere il virus anche in assenza di sintomatologia clinica di herpes genitale. Si parla di "diffusione asintomatica". Anche se il rischio di trasmettere l'infezione in questo caso è piuttosto basso, è comunque possibile.
- ❖ Una persona trasmette il virus più facilmente durante il primo anno dopo che ha contratto il virus o se ha recidive molto frequenti. Questo rischio è più basso per l'HSV-1 rispetto all'HSV-2. Più lungo è il tempo tra due recidive, meno comune è la possibilità di diffusione asintomatica.

- ❖ L'utilizzo del preservativo dimezza il rischio di trasmettere l'herpes genitale.

### Herpes e gravidanza

- ❖ Se sei in gravidanza, o se ne stai programmando una, è importante avvisare il tuo medico e la tua ostetrica che hai l'infezione da herpes genitale. Ti potranno dare consigli riguardo l'herpes in gravidanza. Il rischio di trasmettere l'herpes al tuo bambino è basso se sei stata infettata prima della gravidanza. Il medico ti informerà su come ridurre il futuro rischio di trasmissione.
- ❖ Per l'uomo con herpes genitale, la cui partner rimane incinta e non è ancora stata contagiata, è molto importante che questa non contragga l'infezione durante la gravidanza. Bisognerebbe informare il proprio medico per ricevere consigli.

### Dovrei dirlo al mio partner?

- ❖ Parlare al tuo partner della tua infezione riduce le possibilità di trasmettere il virus.
- ❖ Non puoi contrarre l'herpes genitale con un abbraccio, condividendo il bagno o gli asciugamani, dalle piscine o dalla condivisione di tazze e posate.
- ❖ Complessivamente, il rischio di trasmissione di herpes genitale (tipo 1 e 2) è stimato del 5-10% ogni anno. Il rischio di trasmissione dell'HSV-1 è inferiore rispetto al rischio dell'HSV-2.
- ❖ Dato che l'HSV-1 può causare il comune herpes labiale, è facile che il tuo partner sia già stato infettato dall'HSV-1 sulla bocca o ai genitali ed è quindi molto difficile che tu lo possa infettare nuovamente.
- ❖ Se il tuo partner non è stato ancora contagiato dall'HSV-2, prendere le dovute precauzioni (vedi sopra) riduce drasticamente la possibilità di contagiarlo. Se il tuo partner ha già contratto l'HSV-2, non puoi contagiarlo nuovamente.

### Ulteriori informazioni

- ❖ Se sospetti di aver contratto l'herpes o altre infezioni trasmissibili sessualmente, rivolgiti al tuo medico di famiglia o presso un centro per la prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili (o ad una clinica di dermatologia e venereologia).

*Traduzione italiana: Prof. Dr. Paolo Gisondi, Prof. Dr. Giovanna Zambruno*