**Key points**

L’herpes genitale è una malattia infettiva a trasmissione sessuale (IST)

Viene trasmesso tramite i rapporti sessuali, incusi i rapporti orali

Spesso l’infezione è asintomatica

Il trattamento è semplice

Puoi proteggerti usando SEMPRE il preservative durante i rapporti sessuali

**Quali sono le cause dell'herpes genitale?**

* È una malattia causata dal virus chiamato Herpes Simplex (HSV). Ne esistono due tipi: HSV-1 e HSV-2. Sono virus correlati, ma hanno decorsi clinici diversi.
* Entrambi i tipi possono colpire i genitali e la zona anale (herpes genitale), il naso e la bocca (herpes labiale) o le mani e le dita (patereccio).
* L'HSV-1 provoca nella maggior parte dei casi l’herpes labiale. Oggi, a causa di una aumenta diffusione del sesso orale, non è raro che causi anche l'herpes genitale. Al contrario, L’HSV-2 che si manifesta per lo più come herpes genitale, raramente causa l'herpes labiale.
* Il virus è in grado di entrare nel corpo attraverso le mucose della bocca, della vagina, del retto, dell'uretra (il canale da cui esce l'urina) e del pene. Può penetrare anche attraverso piccoli tagli sulla superficie cutanea.

**Come si prende l'herpes genitale?**

* La maggior parte delle persone contraggono l'herpes da qualcuno che non sa di essere stato infettato.
* Puoi contrarre l'herpes quando fai sesso con qualcuno che ha già l'infezione. Questo può avvenire tramite sesso vaginale, sesso orale, sesso anale o tramite stretto contatto genitale.
* Il modo più comune per contrarre l'HSV-2 genitale è tramite il rapporto sessuale con un partner che ha già il virus. Il modo più comune per contrarre l'HSV-1 genitale è fare sesso orale con una persona che ha un herpes labiale o che sta per svilupparne uno: questo è molto raro con le infezioni da HSV-2.
* Raramente, l'herpes genitale può essere trasmesso da una persona con l'herpes sulle dita o sulle mani, che tocca l'area genitale del proprio partner.
* Potresti avere contratto il virus settimane, mesi o addirittura anni prima di mostrare i sintomi.

**Quali sono i sintomi dell’herpes genitale?**

* La maggior parte delle persone non avrà alcun segno o sintomo visibile. Circa 1 persona su 3 avvertirà i sintomi dell’herpes genitale entro 4-5 giorni dall’infezione.
* A volte, il virus può essere presente nell’organismo per settimane, mesi o addirittura anni, prima che la persona se ne renda conto. Se avverti dei sintomi, non significa che hai appena contratto il virus.
* Potresti sentirti generalmente poco bene con lievi sintomi simil-influenzali come febbre, stanchezza e mal di testa. Questo è spesso seguito da bruciore o prurito nella zona genitale o anale. Possono, allora, formarsi piccole vescicole piene di liquido, che poi scoppiano nel giro di un giorno o due. Successivamente, si formano croste che guariscono.
* Le persone, che sono state infettate dall'HSV-2, spesso hanno un primo attacco di herpes genitale più lieve rispetto all'HSV-1.
* Il virus diventa quindi dormiente (inattivo) e rimane nel corpo. Di tanto in tanto il virus si riattiva e viene eliminato.
* Anche se non provoca sintomi, quando è presente sulla pelle è contagioso.
* A volte il virus si attiva di nuovo, causando ulteriori episodi di herpes genitale, noto come herpes ricorrente.
* In genere, un paziente, a cui viene diagnosticato l’infezione da HSV-2, avrà da 4 a 6 recidive della malattia ogni anno. Le persone con HSV-1 avranno recidive piuttosto rare, in media meno di una volta all'anno.
* I segni e i sintomi delle recidive sono, generalmente, molto più lievi e si risolvono più rapidamente rispetto al primo focolaio. C'è spesso una sensazione di formicolio o una lieve malattia simile all'influenza. Alcuni pazienti avvertono anche prurito o dolore nell'area cutanea o mucosa, prima che compaia la vescicola. Le vescicole e le erosioni sono, generalmente, in numero inferiore rispetto al primo episodio. Spesso, colpiscono la stessa sede, ma possono verificarsi anche nelle vicinanze.

**Cosa causa le recidive?**

* I fattori scatenanti segnalati includono la stanchezza o lo stress, ma ci sono prove limitate al riguardo. Anche l'attrito dovuto al sesso, alla masturbazione, agli indumenti stretti o alla biancheria intima può scatenare un episodio. L'esposizione alla luce solare può innescare il ripetersi di un episodio di herpes labiale.

**Ho bisogno di qualche test?**

* Sì, per fare la diagnosi è necessario un tampone su una vescicola o su un’erosione. Questi test sono generalmente molto accurati e i risultati si ottengono in meno di 2 settimane. Questo test potrebbe essere in grado di dirti quale tipo di herpes hai (HSV-1 o HSV-2), consentendo al tuo medico di fornirti informazioni più accurate sul tipo di virus.
* Se non hai sintomi dell’herpes, di solito, non è possibile eseguire il test per l'infezione. Questo perché l'esame del sangue disponibile non è molto accurato e il risultato potrebbe non discriminare se hai effettivamente l'infezione o meno.
* Se pensi di avere sintomi che potrebbero essere l'herpes o sei preoccupato per altre infezioni, dovresti visitare il tuo medico di famiglia o il centro infezioni sessualmente trasmesse locale o un reparto di venereologia/dermatologia.
* Se ti è stato diagnosticato l'herpes, dovresti anche fare il test per altre infezioni a trasmissione sessuale come HIV, sifilide, clamidia e gonorrea, poiché puoi avere più di un'infezione contemporaneamente.

**Qual è il trattamento per l'herpes?**

**Infezione primaria**

* I farmaci antivirali sono generalmente raccomandati per il primo episodio e somministrati entro pochi giorni dall'inizio dei sintomi. Una volta che le vescicole hanno iniziato a guarire, la terapia spesso non è efficace.
* È importante mantenere pulita l'area, lavando la zona con acqua calda salata.
* È importante lavarsi le mani dopo aver toccato la pelle interessata.
* Assicurati di assumere una quantità adeguata di liquidi, come acqua e bevande analcoliche.
* Alcuni pazienti riferiscono un beneficio dall'applicazione di un impacco di ghiaccio sulle lesioni (non posizionare il ghiaccio direttamente sulla pelle). Fare una doccia fredda e/o applicare bustine di tè fredde ed umide può avere effetti calmanti.
* Potrebbe essere utile indossare abiti larghi.
* Se la minzione è dolorosa, urina nella vasca da bagno o versa una brocca di acqua tiepida sui genitali mentre urini. Se non riuscissi a urinare dopo diverse ore, dovresti consultare urgentemente un medico.

**Herpes ricorrente**

* Se le recidive non ti causano alcun problema, non è necessario assumere farmaci perché le lesioni si risolveranno da sole.
* Alcune persone trovano utile assumere un trattamento antivirale qualora presentino episodi dolorosi e ricorrenti di herpes genitale. Il medico potrebbe prescriverti delle compresse da tenere a casa e da assumere all'inizio di una recidiva.
* Se hai recidive molto frequenti, è possibile assumere un trattamento preventivo quotidiano per sopprimere i sintomi e ridurre le recidive. È importante parlarne con un medico.

**Dovrei fare sesso se ho il virus HSV?**

* Puoi trasmettere il virus solo a qualcuno che non è già stato infettato dal tuo STESSO tipo di herpes, ovvero HSV-1 o HSV-2. Tuttavia, se hai l'HSV-2 puoi infettare qualcuno già infetto dall'HSV-1 e viceversa, anche se questo rischio potrebbe essere leggermente inferiore al rischio di infettare qualcuno che non è stato infettato da nessuno dei due tipi di herpes.
* È più probabile che il virus venga trasmesso subito prima, durante o subito dopo un episodio di herpes; quindi, il rischio di trasmissione del virus può essere ridotto evitando completamente il sesso durante questi periodi.
* Si ritiene che la maggior parte delle persone diffonda occasionalmente il virus senza che vi siano segni o sintomi di herpes genitale. Questo si chiama “diffusione asintomatica”. È possibile trasmettere il virus in questi periodi; tuttavia, per la maggior parte delle persone il rischio è minimo.
* Una persona ha maggiori probabilità di diffondere il virus nel primo anno dopo aver contratto l’infezione e se ha frequenti recidive. Questo rischio è minore con HSV-1 e maggiore con HSV-2. Quanto più lungo è l'intervallo tra le recidive, tanto meno comune è la perdita asintomatica.
* È stato dimostrato che l'uso del preservativo dimezza il rischio di trasmettere l'herpes, così come l'assunzione di un trattamento preventivo antivirale a lungo termine.

**Herpes e gravidanza**

* Se sei incinta o stai cercando di rimanere incinta, è importante informare il medico e l'ostetrica che hai l'herpes. Saranno in grado di darti consigli sull'herpes in gravidanza. Il rischio di trasmettere l'herpes al tuo bambino è basso se hai contratto l'infezione prima della gravidanza. Il medico ti consiglierà come ridurre ulteriormente questo rischio.
* Se hai l'herpes e la tua partner rimane incinta e non è già stata infettata dall'herpes, è molto importante che non contragga l'herpes durante la gravidanza. Dovresti parlare con il tuo medico di come ridurre questo rischio.

**Devo dirlo al mio partner?**

* È stato dimostrato che dire al tuo partner della tua diagnosi di HSV riduce la possibilità di trasmettere il virus.
* Non è possibile contrarre l'herpes genitale abbracciandosi, condividendo il bagno o gli asciugamani, dalle piscine, dai sedili del water o condividendo stoviglie o posate.
* Nel complesso, il rischio di trasmissione dell'herpes genitale (entrambi i tipi) è stimato al 5-10% ogni anno. Il rischio di trasmissione con HSV-1 è inferiore a quello di HSV-2.
* Poiché l'HSV-1 può causare anche il comune herpes labiale, è probabile che il tuo partner sia stato precedentemente esposto al virus. Se il tuo partner è già stato infettato dall'HSV-1 nella bocca (herpes labiale) o nei genitali, è molto improbabile che tu possa infettarlo nuovamente.
* Se il tuo partner non è già stato infettato dall’HSV-2, prendere le precauzioni necessarie (vedi sopra) ridurrà drasticamente il rischio di trasmissione. Se al tuo partner è già stato diagnosticato l'HSV-2, non puoi trasmettergli nuovamente il virus.

**Ulteriori aiuti e informazioni**

* Se sospetti di avere l'herpes o qualsiasi altra infezione trasmessa sessualmente, consulta il tuo medico di famiglia o il centro infezioni sessualmente trasmissibili locale o un reparto di venereologia/dermatologia.