

Ictus cerebrale. Le strategie terapeutiche dell'ospedale Valduce

Il cervello e l'importanza del fattore tempo

Promuovere la cultura delle neuroscienze, la ricerca e la consapevolezza delle proprie funzioni cognitive fornendo indicazioni per l'adozione di stili di vita e comportamenti consapevoli per prevenire stati di malattia mentale e cognitiva: è questo l'appello lanciato in occasione della «Settimana Mondiale del Cervello» tenutasi dal 12 al 18 marzo. Ne parliamo con il dottor Mario Guidotti, primario di Neurologia dell'ospedale Valduce di Como.

Quali sono le malattie più diffuse?

«L'ictus cerebrale è la più frequente, nella sua forma ischemica, cioè la trombosi, e quella emorragica. Colpisce ogni anno 150 persone ogni 100.000 abitanti. Non dimentichiamo poi malattie come le demenze, un'epidemia silente che affligge mezzo milione di italiani, il morbo di Parkinson, la sclerosi multipla, l'epilessia, le cefalee, la sclerosi laterale amiotrofica, le distrofie muscolari».

Come si prevengono?

«Innanzitutto con l'alimentazione che deve essere moderata nelle quantità caloriche, ricca di vegetali e povera di carni rosse, insaccati e sale da cucina. Evitare poi il fumo di sigaretta, eccessi alcolici e abusi di sostanze, fin dall'età giovanile. Non dimentichiamo che le cellule cerebrali non sono dotate di capacità auto-riproduttive certe e quelle che danneggiamo e perdiamo lo saranno per sempre. Inoltre, soprattutto in età avanzata, il cervello va usato: bisogna, infatti, leggere e ripetere, insomma studiare, essere curiosi, frequentare gente, fare conversazioni impegnative, curare attivamente la propria vita, i propri interessi, la propria amministrazione, giocare a carte, e poi camminare tanto, fare ginnastica, stare attivi».

Quale ruolo hanno gli ospedali nella cura delle malattie del cervello?

«Hanno un compito fondamentale nell'affrontare la fase acuta soprattutto dell'ictus cerebrale.



Le cellule cerebrali non hanno capacità auto-riproduttive



L'ictus colpisce ogni anno 150 persone ogni 100mila abitanti

Nei casi di trombosi la partita si gioca sui minuti: ogni secondo che passa muoiono intere famiglie di cellule cerebrali. Vale il detto "time is brain", cioè "il tempo è cervello". Ma non solo, in ospedale anche "team is brain" che significa "la squadra è cervello", perché solo un lavoro organizzativo di integrazione tra servizi di emergenza urgenza del territorio (il 118), operatori di Pronto Soccorso, specialisti delle immagini e neurologi, può portare a ricostruire in tempi rapidissimi le arterie che portano sangue al cervello, con farmaci ma anche con sofisticate procedure tramite le quali è possibile accedere fino ai trombi che ostruiscono i vasi e rimuoverli o frantumarli».

Quali sono le sfide nella cura delle malattie neurologiche?

Prendersi cura della gente al proprio domicilio, nella propria realtà sociale, direttamente o dopo una prima fase acuta gestita in ospedale. La cronicità va infatti domiciliata, pur con il sostegno specialistico. L'ospedale Valduce di Como sta sperimentando un progetto di assistenza domiciliare con sostegno sia degli specialisti sia del personale infermieristico, con l'ausilio della telemedicina. Tramite questa è possibile svolgere nei propri ambienti, domestici o di lavoro, visite di controllo e trattamenti riabilitativi. Non dimentichiamo che a casa propria tutti sono maggiormente stimola-



Il dottor Mario Guidotti

ti, sia dall'ambiente sia dalle persone che lo abitano. Sta pertanto cambiando il paradigma della cura della malattia neurologica». L'ospedale Valduce di Como sta sperimentando un progetto di assistenza domiciliare con sostegno sia degli specialisti sia del personale infermieristico, con l'ausilio della telemedicina. Tramite questa è possibile svolgere nei propri ambienti, domestici o di lavoro, visite di controllo e trattamenti riabilitativi. Non dimentichiamo che a casa propria tutti sono maggiormente stimola-

ti, sia dall'ambiente sia dalle persone che lo abitano. Sta pertanto cambiando il paradigma della cura della malattia neurologica».

Il trattamento. Una cura naturale



L'ozonoterapia aiuta a curare i dolori di testa, schiena e cervicale

Via il dolore con l'ozonoterapia

Un rimedio, senza effetti collaterali e rischi di allergie, per i dolori di testa, schiena, cervicale ma anche per eliminare gli inestetismi della cellulite: è l'ozonoterapia, pratica terapeutica che si basa sulla somministrazione di una miscela di ossigeno e ozono con effetti benefici sul trattamento del dolore.

A spiegarci i vantaggi è il dottor Paolo Bravosi, ortopedico e traumatologo di Smart Clinic, nuova struttura sanitaria del Gruppo San Donato, all'interno del centro commerciale Cantù 2000, dove è attivo un ambulatorio dedicato proprio all'ozonoterapia.

In cosa consiste questo trattamento?

«L'ozonoterapia consiste nella somministrazione di una miscela di ossigeno e ozono per scopi terapeutici, in genere tramite infiltrazioni, per aumentare la permeabilità dei tessuti e stimolare il microcircolo».

Quali effetti ha sull'organismo?

«Il trattamento ha un'azione antinfiammatoria, immunostimolante e analgica (antidolorifica): diversamente dai farmaci antidolorifici non agisce solo sopprimendo il dolore ma risolvendo l'infiammazione. La sommini-

strazione dà anche effetti riequilibranti e rigeneranti dei vari apparati e sistemi. Inoltre, ha un'azione antibatterica, antivirale e antifungina».

Per quali patologie può essere utile?

«È impiegata per il trattamento non chirurgico dell'ernia del disco lombare e cervicale, delle patologie infiammatorie di tendini e fasce (epicondilita, fascite plantare, sindrome del tunnel carpale), per cefalee, artrite, reumatismi e per la cura di Herpes Zoster ed eczemi. Buoni risultati si ottengono anche in medicina estetica, in particolare per contrastare i problemi circolatori e gli inestetismi della cellulite».

E non ha effetti collaterali?

«No, purché venga somministrata da medici qualificati, nel rispetto di definiti protocolli operativi e con macchinari certificati. Inoltre, essendo un derivato dall'ossigeno, non provoca allergie».

Quante sedute servono per avere risultati?

«Variano a seconda della patologia: da una media di 6-8 sedute per le forme infiammatorie tendinee e per la patologia di colonna vertebrale fino alle 15-20 per il trattamento della cellulite».

Associazione Erone. Il convegno Oncologia e territorio I tumori del polmone

L'associazione Erone onlus ha dedicato il convegno oncologico lariano di quest'anno al tema dei tumori al polmone. Padrino dell'evento il campione di motorally Jacopo Cerutti: un esempio per educare i giovani a stili di vita corretti e rispetto delle regole. «In Italia ne abbiamo bisogno perché ci sono 43 mila nuovi casi e 30 mila morti ogni anno; solo nella nostra provincia, sono oltre 200, i nuovi casi - spiega il presidente di Erone onlus, Alberto Vannelli, medico dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano e responsabile dell'unità di chirurgia oncologica al Valduce -. Numeri che obbligano ad alcune riflessioni: il fumo di sigarette coinvolge 12 milioni di italiani e aumenta di 14 volte

il rischio di tumore del polmone; diminuiscono gli uomini, ma aumentano donne e adolescenti. L'esposizione al radon, gas prodotto soprattutto dai materiali da costruzione, provoca 1.600 vittime l'anno. L'esposizione cronica alle polveri sottili PM10 e PM2,5 aumenta la mortalità per tumore del polmone, soprattutto nelle donne. Per la prima volta a un convegno oncologico ha partecipato la Philips Morris Italia. Al principale imputato si è contrapposto il parere autorevole del Dott. Roberto Boffi dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano: un confronto che ha permesso di ampliare il dibattito sul tema delle sigarette elettroniche».

S. Anna, Valduce e Villa Aprica,



Il Dr. Vannelli e il pilota Cerutti

per la prima volta insieme, hanno quindi acceso i fari su innovazione tecnologica e offerta sanitaria del territorio dove chirurgia, radioterapia e oncologia sono ottimamente rappresentate. «Sanitari, associazioni, volontari e istituzioni si sforzano di creare sinergie per migliorare la sanità - conclude Vannelli -.

Da qui parte la sfida di Erone onlus: costruire un'idea per istruire una coscienza oncologica».

Abitudini. Eliminare i fattori di rischio Il ruolo della prevenzione e della diagnosi precoce

Nella lotta e nella cura dei tumori sono fondamentali la prevenzione e la diagnosi precoce. «Le nuove strategie terapeutiche, la terapia chirurgica, medica e radioterapia unitamente all'immunologia e alla biologia molecolare sono gli strumenti che ci permettono di arginare una neoplasia con maggiore positività dei risultati che possiamo ottenere - spiega la dottoressa Doris Mascheroni, primario di Medicina e Oncologia dell'Istituto Clinico Villa Aprica di Como -. La prevenzione, ovvero l'eliminazione dei fattori di rischio che incidono sui tessuti del corpo umano creando alterazioni cellulari e tumori, oltre ad essere spiegata e consigliata dal medico specialista deve diventare uno stile di

vita: ridurre o ancor meglio eliminare fumo, alcol, smog, onde elettromagnetiche e una dieta povera di grassi sono un ottimo punto di partenza. Esistono però fattori di rischio come l'ereditarietà che non sono eliminabili: in questi casi gioca un ruolo fondamentale la diagnosi precoce».

La prevenzione entra quindi in gioco nel momento in cui ci rendiamo consapevoli che siamo responsabili del nostro benessere correggendo stile di vita e abitudini. «Il "prendersi cura di noi stessi" presuppone la consapevolezza delle nostre azioni: sappiamo che non fumare, ad esempio, riduce il rischio potenziale di un cancro al polmone, mentre fare la lampada tutte le settimane aumenta il ri-



La dott.ssa Doris Mascheroni

schio di melanoma: scegliere è un nostro diritto ma è anche una nostra responsabilità - prosegue Mascheroni -. Sempre più spesso i pazienti si affidano a giornali online, blog o post sui social per trovare risposte alle loro domande: se da un lato la creazione e la condivisione di contenuti su internet permette un'ampia accessibilità al dato ricercato, dall'altro, come rovescio della medaglia, le fonti non vengono verificate e certificate».