



IPERTENSIONE, un problema sempre attuale

Scintigrafia

Questo esame viene effettuato dopo che ti è stata iniettata una sostanza radioattiva.

Il cuore viene "fotografato" a riposo e subito dopo uno sforzo.

CONSIGLI PRATICI

. Fare attività fisica

L'esercizio fisico può servire a controllare il colesterolo, il diabete e l'obesità, così come può aiutare ad abbassare la pressione del sangue.

. Mangiare sano

Una sana alimentazione, con poco sale e pochi grassi saturi favorisce la perdita di peso e aiuta a tenere sotto controllo il diabete, la pressione alta e il colesterolo alto.

. Smettere di fumare

Se fuma smettere le permetterà di ridurre di 2 - 4 volte il suo rischio di sviluppare la malattia coronarica.

. Ridurre lo stress

Trovare momenti della giornata in cui rilassarsi aiuta a ridurre la pressione del sangue, evitare palpitazioni al cuore ed anche in certi casi l'infarto.

. Prendere i farmaci prescritti

Quando le modifiche allo stile di vita non sono sufficienti il medico può prescrivere dei farmaci, assumerli in modo corretto e seguire i consigli del medico, ricordando che le medicine non sostituiscono uno stile di vita sano, ma si affiancano ad esso.



**Servizio di Diagnosi
e Terapia dell'Ipertensione**
Dr. Dario Bertola
Medico Internista

C.I.D.I.M.U. S.p.A.

10128 TORINO - Via Legnano 23
Tel: 011.5616111- Fax. 011 5623367
E-mail: info@cidimu.it
Sito Internet: www.cidimu.it

CIDIMU S.p.A.

CIDIMU S.p.A.



L'IPERTENSIONE

"Un problema sempre attuale"



Pressione arteriosa elevata

La pressione sanguigna è la forza con cui il sangue preme contro le pareti delle arterie. È alta se maggiore di 140 (la massima) o 90 (la minima). La pressione alta danneggia le pareti delle arterie e induce l'ispessimento del muscolo cardiaco.

L'ipertensione è sempre più diffusa nella popolazione adulta dei paesi sviluppati, e le cause di questo fenomeno sono svariate.

In primo luogo gli organismi scientifici internazionali hanno, nel tempo, abbassato i valori di pressione considerati normali.

Infatti gli studi clinici condotti in tutto il mondo, hanno dimostrato che il rischio di malattie cardiovascolari è proporzionale ai valori della pressione anche per livelli pressori normali.

Pertanto, dato che il rischio aumenta comunque con il crescere della pressione già a partire da valori bassi, ne consegue che i limiti della normalità devono essere fissati in maniera arbitraria.

Attualmente la pressione viene considerata normale negli adulti fino a 140/90, ma anche pressioni tra 130 e 139 (pressione denominata normale-alta) richiedono controllo clinico e modifiche delle abitudini di vita.

Inoltre lo stile di vita attuale, con la sedentarietà diffusa, l'alimentazione troppo ricca di calorie e di sale e l'eccesso di peso corporeo, favorisce l'aumento della pressione arteriosa, soprattutto con il crescere dell'età.

Ancora, la maggiore attenzione per la salute e i controlli sanitari più diffusi nella popolazione, hanno permesso di diagnosticare un numero elevato di ipertensioni ignorate dalle persone affette.

SERVIZIO DI DIAGNOSI E TERAPIA DELL'IPERTENSIONE



L'IPERTENSIONE, un problema sempre attuale

Si calcola attualmente che l'ipertensione sia la prima causa di ricorso al medico e di prescrizione di farmaci nel mondo industrializzato.

Nonostante questa cresciuta attenzione verso l'ipertensione, si ritiene che solo la metà degli ipertesi siano consapevoli di esserlo.

E' noto inoltre che solo la metà delle persone che sanno di essere ipertese sono curate, e che solo la metà delle persone curate per ipertensione raggiungono valori normali di pressione con la terapia.

Ma qual è il motivo per cui l'ipertensione deve essere diagnosticata e curata efficacemente?

La risposta a questa domanda è la seguente: l'ipertensione rappresenta un potente fattore di rischio per gli eventi cardiovascolari gravi.

Le malattie per cui gli ipertesi sono più esposti, rispetto ai normotesi, sono principalmente l'ictus cerebrale, l'infarto del miocardio, l'insufficienza cardiaca, le nefropatie croniche con insufficienza renale.

La riduzione della pressione ottenuta con una terapia ben condotta ha dimostrato di essere efficace nel riportare l'incidenza di queste malattie verso la normalità.



ESAMI DA ESEGUIRE

Gli esami diagnostici permettono al medico di scoprire l'entità del danno causato dalla malattia coronarica e di avere così un quadro chiaro della situazione del tuo cuore. In questo modo potrà prescriverte le cure più adeguate

Elettrocardiogramma (ECG)

L'ECG è un esame rapido ed indolore e si effettua mentre il paziente è sdraiato su un lettino. Grazie ad "elettrodi" applicati agli arti e al torace, la macchina rileva l'attività elettrica del cuore e il cardiologo è in grado di vedere la sede e l'estensione dell'ischemia o dell'infarto ed eventuali alterazioni del ritmo.

Elettrocardiogramma sotto sforzo

È un elettrocardiogramma registrato mentre il paziente esegue uno sforzo su una cyclette o su un tappeto rotante. Con questo test si può, valutare se ci sono delle zone del cuore che ricevono poco sangue, eventuali aritmie, l'andamento della pressione arteriosa e la tolleranza allo sforzo.



L'IPERTENSIONE, un problema sempre attuale

Monitoraggio Pressorio della pressione arteriosa

Il monitoraggio pressorio delle 24 ore (Holter Pressorio o ABPM) è un test non invasivo che consente di registrare la pressione arteriosa continuamente per 24 ore, mediante un piccolo apparecchio (grande più o meno come un "Walkman") fissato in vita con una cintura.

Il paziente indosserà l'apparecchio per 24 ore, annotando su un foglio ogni dato utile (attività svolta, impegno mentale, sintomi o disturbi accusati). Durante il periodo di esame, la pressione verrà misurata automaticamente ogni 15 minuti di giorno e ogni 30 minuti di notte.

Le informazioni che se ricavano sono particolarmente utili per meglio definire il profilo clinico del paziente iperteso nonché per meglio "aggiustare" la terapia.



Ecocardiogramma

Con questa tecnica si inviano al cuore onde sonore (ultrasuoni) che, rimbalzando sul cuore, inviano alla macchina l'immagine, la forma e il movimento delle camere cardiache. È un esame indolore e senza rischi.

Ecostress

E' un ecocardiogramma che viene eseguito mentre viene iniettato un farmaco che stimola il cuore come se facesse un'attività fisica.

Cardio RM

Rappresenta la più recente e straordinaria applicazione della RM alla patologia umana. A detta degli esperti la RM Cardiaca rappresenta una vera "rivoluzione" nello studio del cuore e delle sue malattie. Attualmente le principali indicazioni sono le seguenti:

- le malattie cardiache congenite;
- le cardiomiopatie ipertrofiche, dilatative, aritmogene del ventricolo DX;
- le pericarditi costrittive ed essudative;
- le malattie coronariche (la perfusione miocardica, la funzione miocardica, i movimenti di parete durante stress, la detezione e quantificazione dell'infarto miocardico).

Altre indicazioni sono allo studio ed in via di riconoscimento ufficiale.

La RM cardiaca rappresenta dunque l'evoluzione più sofisticata dell'ecocardiocolordoppler e della scintigrafia miocardica giacché somma e potenzia le informazioni di entrambe le metodiche.