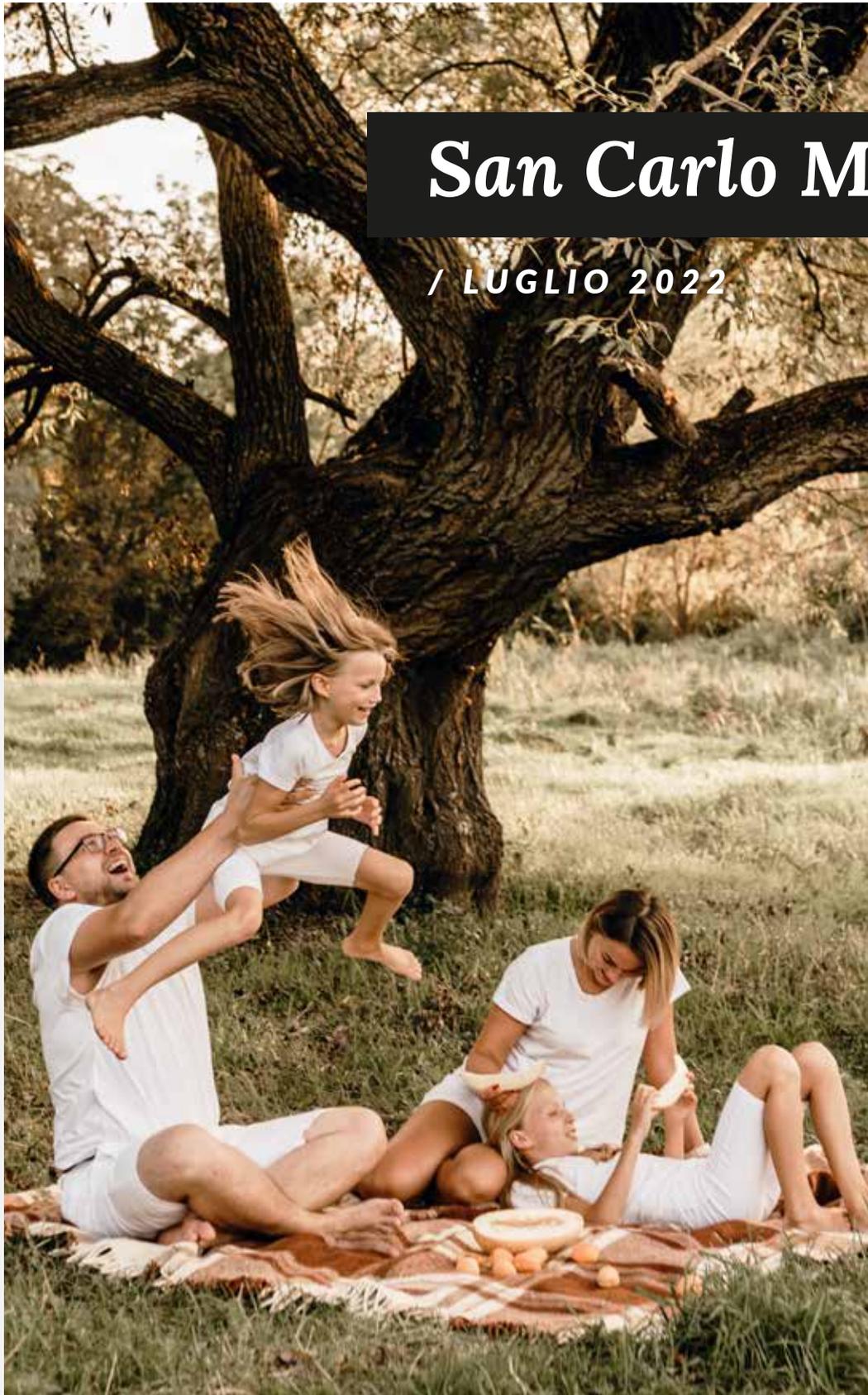


SAN CARLO
ISTITUTO CLINICO

San Carlo Magazine

/ LUGLIO 2022



/ 01 Attacco di panico, come riconoscerlo

I sintomi cambiano da persona a persona e ogni attacco è diverso dall'altro.

/ 02 Dermatite atopica: le cure ci sono

Grazie alla ricerca oggi sono emerse nuove terapie che in pochissimo tempo rimuovono il prurito e l'infiammazione.

***La tua salute
è in buone mani!***



/ 03 Malattie endocrine del collo: San Carlo è un riferimento

San Carlo ha creato un'equipe multidisciplinare per la presa in carico della patologia endocrina del collo.

/ 04 Alzheimer, quali sono i primi segnali

La terapia occupazionale per migliorare la qualità della vita del paziente e delle persone che vivono con lui.

/ 05 Le nostre novità

Scopri i nuovi servizi, le terapie e gli esami che puoi effettuare all'Istituto Clinico San Carlo.

/ 06 In evidenza

Allarme sovrappeso e obesità. Torna in forma nel modo giusto.

Scleromousse.
Elimina le vene varicose senza bisturi.

Disturbi della vista in gravidanza, non sottovalutarli.

ATTACCO DI PANICO, COME RICONOSCERLO



Il primo attacco di panico non si scorda mai.

Arriva in modo improvviso e inaspettato, un crescendo di sintomi fisici e intenso disagio che raggiungono il loro picco in pochi minuti, spaventando e paralizzando la persona.

Chi li ha vissuti li descrive come un'esperienza caratterizzata dal **senso di pericolo per la propria vita**, come il timore di poter avere un imminente infarto, o dalla paura di impazzire: la prima volta raramente si riesce a

capire che la causa è l'ansia e si corre infatti in pronto soccorso. Ma l'attacco di panico **non dipende da problemi fisici**, è un fattore del tutto psicologico, che si stima possa colpire almeno **una persona su dieci** nel corso della vita.

Si può provare a comprenderlo guardando "L'urlo" di Edvard Munch. Il pittore descrisse infatti così una delle sue crisi:

"Una serata piacevole, con il bel tempo, insieme a due amici all'ora del tramonto. [...] Cosa mai sarebbe potuto succedere? Il sole stava calando sul fiordo, le nuvole erano color rosso sangue. Mi fermai, appoggiandomi a una staccionata, stanco morto. I miei amici continuarono a camminare. Io rimasi inchiodato in piedi,

tremante di paura e improvvisamente udii un grido forte e infinito trafiggere la natura. Un grido forte, terribile, acuto, che mi è entrato in testa, come una frustata. D'improvviso l'atmosfera serena si è fatta angosciante, simile a una stretta soffocante: tutti i colori del cielo mi sono sembrati stravolti, irreali, violentissimi".

I SINTOMI CAMBIANO DA PERSONA A PERSONA E OGNI ATTACCO È DIVERSO DALL'ALTRO. QUESTI SONO I PIÙ TIPICI:

.Mancanza d'aria, sensazione di soffocamento, difficoltà a respirare, dolore al petto.

.Tachicardia, palpitazioni, sentire il cuore in gola.

.Vertigini, visione offuscata.

.Sudorazione improvvisa, tremori.

.Formicolio, intorpidimento

.Paura di perdere il controllo, pensieri negativi.

Quando arriva, il primo passo è rendersi conto di essere in preda ad un attacco di panico e, con questa consapevolezza, cercare di **controllare e rallentare il respiro**, allontanando lo spavento e il pensiero che qualcosa di brutto stia per accadere. È importante quindi **associare a una respirazione intensa il rilassamento totale del corpo**, con mani, piedi e collo ben distesi. Se è la prima volta che succede, è bene andare all'ospedale per escludere che non vi siano cause gravi.

Dopo aver escluso qualunque causa organica, è indispensabile contattare uno specialista - **psicologi, psichiatri e psicoterapeuti** sono gli esperti a cui far riferimento - che saprà agire all'origine del problema e fornire le giuste procedure.

LA PAURA DELLA PAURA: IL TIMORE DI AVERE UN ALTRO ATTACCO DI PANICO PORTA L'ANSIA A LIVELLI ALTISSIMI.

È un evento così travolgente che chi l'ha vissuto cercherà sempre di sfuggire alla situazione che l'ha scatenato. La paura che possa riaccadere crea quindi un'iper-vigilanza delle sensazioni corporee, interpretate come segno premonitore di altri attacchi. Ad esempio, il dolore al petto può far temere un attacco cardiaco o la difficoltà di respirazione può essere scambiata con un reale soffocamento: ciò può provocare un nuovo episodio, innescando il ciclo del panico.

Bisogna parlarne senza vergogna e farsi aiutare. Prima si riconosce e si affronta il problema, più facile e veloce sarà risolverlo.



DERMATITE ATOPICA: LE CURE CI SONO

Pelle secca, arrossamenti e prurito incontrollabile sono tra i sintomi della **dermatite atopica**, una malattia infiammatoria cronica della pelle che in Italia interessa il 10% dei bambini e il 5% degli adulti. Colpisce soprattutto chi ha almeno un familiare che ne soffre e anche se non sono stati individuati i geni coinvolti, all'origine del problema c'è una spiccata predisposizione genetica.

Può essere associata anche a malattie come asma, rinite allergica e allergie alimentari.

La pelle diventa sempre più secca e con tendenza a indurirsi soprattutto a causa del grattamento, ma più ci si gratta e più si creano lesioni sulla pelle: un circolo vizioso che incide sulla qualità di vita di chi ne soffre, spesso anche con importanti risvolti psicologici. Basti pensare che anche se non contagiosa, 1 paziente su 3 evita il contatto con altre persone.

PROTEZIONE DELLA CUTE E IDRATAZIONE COSTANTE SONO FONDAMENTALI.

.Attenzione al sapone. È bene evitare il contatto diretto con detersivi, non utilizzare saponi e prodotti che fanno molta schiuma, sostituendoli con sapone di Marsiglia o sapone non sapone. Usa frequentemente gli emollienti più giusti per te.

.Privilegia capi di cotone o seta rispetto a quelli sintetici e di lana ed evita gli



indumenti stretti. Mantieni la casa pulita per ridurre la presenza di polveri irritanti.

.Riposare bene è fondamentale: applica sulla pelle un emolliente prima di dormire, per avere una pelle idratata tutta notte.

.L'esposizione a inquinamento atmosferico, fumo di sigaretta, polline e acari della polvere (per i soggetti allergici) e alle eccessive temperature possono essere dei fattori scatenanti.

.Utilizza umidificatori d'ambiente, i luoghi troppo freddi o troppo caldi possono incentivare la secchezza.

PUÒ ESSERE TENUTA SOTTO CONTROLLO. QUALI SONO LE TERAPIE?

Con l'aiuto del dermatologo **il problema può essere tenuto sotto controllo**: in base alla serietà e alle caratteristiche della pelle si procederà con la cura più indicata per i bisogni di ognuno. Inizialmente, si procede di solito con il **cortisone in crema** da applicare sulle chiazze, che può anche essere associato ad antibiotici da usare sulla pelle in caso di lesioni cutanee.

Possono essere efficaci anche i farmaci immunomodulatori sotto forma di pomata, che riducono o spengono la risposta dell'organismo all'aggressione di sostanze esterne. Per le forme moderate o severe, ci sono gli **immunopressori** come la ciclosporina o la fototerapia, ovvero l'esposizione alla luce di speciali lampade.



I NUOVI FARMACI RIVOLUZIONARI

Grazie alla ricerca oggi **sono emerse nuove terapie come i farmaci biologici e biotecnologici** che, bloccando le molecole responsabili del meccanismo dell'infiammazione all'origine della malattia, in pochissimo tempo rimuovono il prurito e l'infiammazione. Presto saranno disponibili anche nuovi farmaci per bocca.



MALATTIE ENDOCRINE DEL COLLO: SAN CARLO È UN RIFERIMENTO



Si stima che in Italia più di 6 milioni di persone abbiano problemi legati alla ghiandola tiroidea.

Tra le malattie delle ghiandole endocrine del collo, le **tireopatie** sono infatti le più frequenti: basti pensare che il nodulo tiroideo è riscontrato nel circa 50% della popolazione generale, il 15% hanno un gozzo palpabile, il 10 % ha una qualche alterazione della funzione tiroidea, il 5% delle donne ha un ipo o ipertiroidismo clinicamente manifesto.

Disfunzioni delle paratiroidi sono invece meno frequenti però caratterizzate dal numero di complicanze a cui si può andare incontro se trascurate. Moltissimi pazienti arrivano tardi alla diagnosi e sono quindi trattati soltanto nella fase delle complicanze, con rischi di inabilità e invalidità evitabili.

San Carlo un riferimento di alto livello per la patologia endocrina del collo.

San Carlo ha creato un'equipe **multidisciplinare** per la presa in carico della patologia endocrina del collo:

dalla diagnostica, alla terapia farmacologica, agli interventi mininvasivi (termoablazione, agoaspirato), fino alla chirurgia.

Abbiamo investito sull'aggiornamento tecnologico e sulle risorse umane impiegate, per poter formulare un percorso esperto in patologia endocrina del collo.

«Le “Competenze” oggi offerte sono un atto di “Onestà” nei confronti dei pazienti che le utilizzano.»

«La nostra nuova frontiera - commenta il Dr. Alberto Baroli, Responsabile

Ambulatorio Patologia Endocrina del Collo in San Carlo Istituto Clinico - **l'abbiamo dedicata ai periodici controlli clinici ed ecografici**, non solo in ambito oncologico (sperando in futuro all'impiego dell'intelligenza neurale artificiale a supporto degli studi ecografici della tiroide) ma anche nel follow up del gozzo nodulare tiroideo benigno.

Quindi ci siamo dedicati, in ambito **ECO interventistico** ormai del 2016, ad applicare procedure mini invasive eco guidate per il trattamento delle cisti tiroidee con alcol sterile o di Termoablazione eco guidata, prima dei linfonodi metastatici mediante **tecnica PLA (Percutaneous Laser Ablation)** - fino alla recenti procedure di Termoablazione dei gozzi nodulari benigni mediante **tecnica con ago elettrodo (Radiofrequency Ablation -> RFA)** e

relativi controlli ecografici dei risultati di abbattimento volumetrico dei noduli tiroidei trattati.

Nonostante la contrazione nel 2020, dovuta allo scoppio della pandemia, le cifre sono in continuo aumento. Negli ultimi anni, grazie agli sforzi e alle risorse messe in campo, è stato raggiunto un risultato importante per la Medicina non Convenzionata nella Regione Lombardia, a conferma dell'elevato livello di offerta in ambito diagnostico, terapeutico e dei relativi controlli periodici del nostro istituto e degli specialisti che vi lavorano.

I numeri parlano più delle parole, e i risultati dei controlli che abbiamo eseguito sono evidenti, con grande soddisfazione dei pazienti stessi che afferiscono al San Carlo di Busto Arsizio.»

| San Carlo Istituto Clinico – Attività Eco Interventistica in Patologie Endocrine del Collo | | | | | |
|--|------|------|------|------|------------------|
| FNA c Tir/Ln | | | | | |
| Anno | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 | 2022* |
| Casi Totali | 33 | 54 | 44 | 102 | 29 |
| M | 7 | 12 | 8 | 17 | 2 |
| F | 26 | 42 | 36 | 85 | 27 |
| Noduli Tiroidei | 38 | 60 | 44 | 99 | 31 |
| Neoplasie Tiroidee | 3 | 5 | 2 | 5 | 1 |
| Metastasi LN | 2 | 3 | 4 | 3 | 1 |
| CEUS Tir/Ln | 6 | 10 | 2 | 6 | 7 |
| Ethanol Ablation | 5 | 1 | 3 | 3 | 3 |
| Radio Freq. Abl/PLA | 2 | 3 | 0 | 1 | 6 |
| Chirurgia Tir/Ln Collo | 3 | 5 | 6 | 6 | 4 |
| Follow Up Ecografico | 31 | 52 | 42 | 100 | Work in progress |

*dati parziali

FNA c: Agoaspirati Ecoguidati

CEUS: Ecografia con mezzo di contrasto - *eco amplificatori inerti*

Ethanol Ablation: Procedure Ecoguidate di «Alcolizzazione» di cisti tiroidee.

RFA / PLA: Procedure Ecoguidate di «Termoablazione» di Noduli Tiroidei Benigni / Paratiroidi Iperfunzionanti / Linfonodi del collo sede di metastasi

ALZHEIMER, QUALI SONO I PRIMI SEGNALI

L'Alzheimer è la causa più comune di demenza nel mondo, con un'incidenza in continuo aumento per via del progressivo invecchiamento della popolazione. Nel giro di vent'anni si stima infatti che in Italia 2,5 milioni di persone ne saranno affette.

Le donne sono più colpite: in Italia, su 600 mila persone con Alzheimer, due terzi sono donne.

La malattia comporta un **deterioramento progressivo delle funzioni cognitive** con un declino lento e graduale.

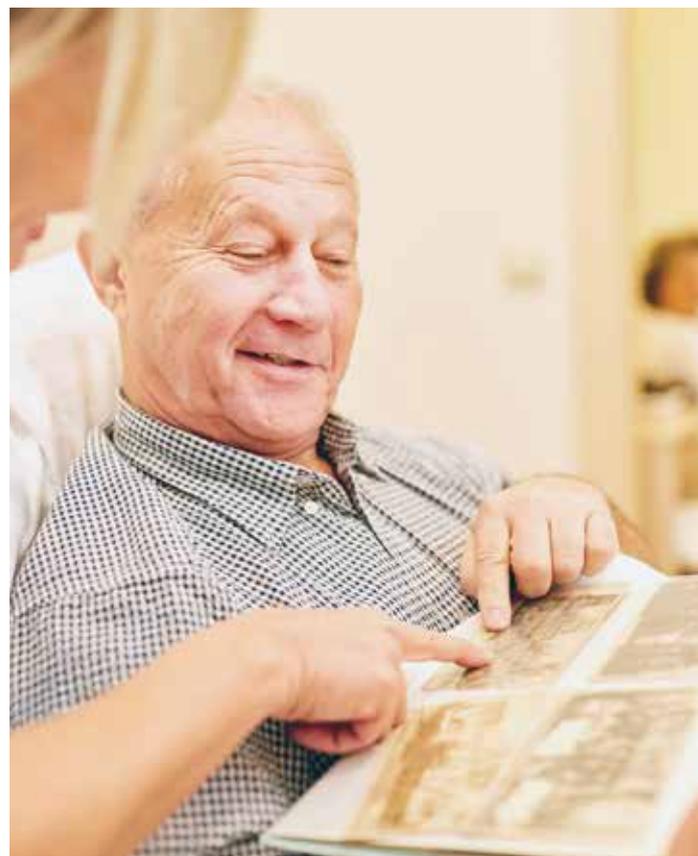
I SINTOMI PIÙ COMUNI SONO:

.Problemi di memoria: il primo segnale è la perdita dei ricordi. Si comincia ad esempio con la difficoltà a ricordare nomi e numeri di telefono per poi arrivare a non riconoscere neanche i propri familiari e amici.

.Difficoltà nel linguaggio: si fatica a trovare le parole giuste, che possono essere sostituite con altre illogiche, ci si dimentica di ciò che si intendeva dire o si ripetono cose appena dette.

.Disorientamento spaziale e temporale: perdersi in luoghi conosciuti, non ricordarsi dove si va oppure la data del giorno o la stagione.

.Ridotta capacità di giudizio: vestirsi in modo inappropriato, prestare meno attenzione alla cura di se stessi, maneggiare denaro senza giudizio.



Ai primi segnali è bene fissare una visita dallo specialista e sottoporsi ai controlli.

Riconoscere la fase di pre-demenza con i primi lievi sintomi di decadimento cognitivo è importantissimo. **Non necessariamente questi sintomi sfoceranno in Alzheimer**, ma è in questa fase che si può intervenire precocemente. Già con i primi disturbi di memoria, si possono infatti attuare **programmi di stimolazione cognitiva** che,

anche se incapaci di arrestare il decadimento, possono rallentare la malattia e aiutare il paziente ad adattarsi a una nuova quotidianità.

Non bisogna quindi sottovalutare i primi sintomi, imputandoli all'invecchiamento, ma verificare la natura del decadimento cognitivo con **screening mirati**. Il **neurologo** e il **neuropsicologo** sono le figure professionali più importanti a cui rivolgersi per poter eseguire opportuni screening neuropsicologici, esami di neuroimmagini e strumentali.

La terapia occupazionale per migliorare la qualità della vita del paziente e delle persone che vivono con lui.

La terapia occupazionale è una disciplina riabilitativa che può migliorare la vita del malato, impegnandolo con attività quotidiane volte a portare sollievo e facilitargli la vita, cercando di mantenere il più a lungo possibile le sue facoltà residue.

20-21 SETTEMBRE: GIORNATA MONDIALE DELL'ALZHEIMER.

In queste due giornate, la nostra terapeuta occupazionale offrirà servizio di consulenza a domicilio o in ambulatorio dedicata a chi si prende cura dei pazienti con demenza.



LE NOSTRE NOVITÀ

Scopri i nuovi servizi,
le terapie e gli esami che
puoi effettuare all'Istituto
Clinico San Carlo.

**ECOGRAFIE E
RADIOGRAFIE
A CASA TUA!**

Non puoi muoverti o i tempi di attesa sono troppo lunghi? Grazie alla diagnostica domiciliare di San Carlo Diagnostic CDTT puoi **effettuare radiografie ed ecografie direttamente a casa tua**, con la garanzia di identici risultati in termini di qualità, sicurezza ed efficienza. Assicuriamo attrezzature di ultima generazione, stampa di immagini in formato digitale, consegna del referto medico in poche ore e su richiesta anche tramite mail.



**GIORNATA MONDIALE
DELL'ALZHEIMER:
due appuntamenti
di consulenza gratuita.**

Il 20 e 21 settembre 2022 la nostra terapeuta occupazionale offrirà servizio di consulenza gratuita a domicilio o in ambulatorio.

**SARÀ POSSIBILE RICEVERE
INFORMAZIONI SU:**

.l'attività di Terapia Occupazionale in generale;

.le diverse tecniche di approccio comunicativo nei diversi stadi della malattia;

.come poter affrontare i più comuni disturbi del comportamento;

.gruppi di auto mutuo aiuto per i caregivers di pazienti affetti da demenza.

ABBIAMO IL CUORE BIANCOBLÙ: *San Carlo* è MAIN SPONSOR *della Pro Patria.*

Il percorso che lega il nostro Istituto alla squadra Pro Patria è iniziato nel 2018 con una “semplice” sponsorizzazione. Oggi San Carlo è main sponsor e supporta al massimo la crescita della squadra bustocca.

NUOVA AREA PARCHEGGI GRATUITA SAN CARLO

San Carlo dedica ai suoi pazienti una **nuova area parcheggi in via Enrico dell'Acqua 9**. I nostri parcheggi interni resteranno invece dedicati ai soggetti fragili o con priorità.

Prenotazione obbligatoria via mail e presto anche online.

I NOSTRI PERCORSI DI PREVENZIONE

FEGATO IN SALUTE

Il fegato è **fondamentale per la vita**, per questo è molto importante tenere sotto controllo il suo stato di salute. In San Carlo puoi effettuare gli **esami ematici e l'ecografia dell'addome superiore**.



PERCORSO PREVENZIONE SENO: *prenderci cura di noi stesse è la priorità più grande.*

Hai fatto gli esami al seno?
Non trascurare la visita senologica e gli opportuni controlli tramite ecografia e mammografia. Nei nostri ambulatori hai a disposizione la **mammografia digitale con Tomosintesi**, la tecnologia più accurata nello scoprire ciò che può sfuggire all'esame mammografico tradizionale.



ABBRONZATURA SENZA RISCHI

Prima di esporti al sole, non dimenticarti il controllo dei nei. In san carlo puoi sottoporli a **visita specialistica e mappatura dei nei**, con le strumentazioni più evolute per screening adeguati e tempestivi.



CHECK UP POST E LONG COVID

Non sempre il Covid si conclude con il tampone negativo, può infatti andare avanti a lungo con sintomi e conseguenze che è importante verificare. Abbiamo messo a punto un **check up completo** con gli esami più opportuni per valutare la funzione respiratoria dei polmoni, la funzione cardiaca e la risposta dell'organismo.



PREVENZIONE TIROIDE

In Italia sono 6 milioni le persone con problemi alla tiroide. Meglio giocare d'anticipo con controlli regolari: se trascurata, anche una lieve disfunzione tiroidea può aggravarsi con conseguenze importanti. Il controllo prevede gli opportuni **esami ematici** (FT3, FT4, TSH, TPO, TGA), **ecografia ed ecocolordoppler tiroide e paratiroide**.



**Scopri i nuovi servizi,
le terapie e gli esami
che puoi effettuare da
Istituto Clinico
San Carlo**

**ALLARME SOVRAPPESO E
OBESITÀ. TORNA IN FORMA
NEL MODO GIUSTO.**

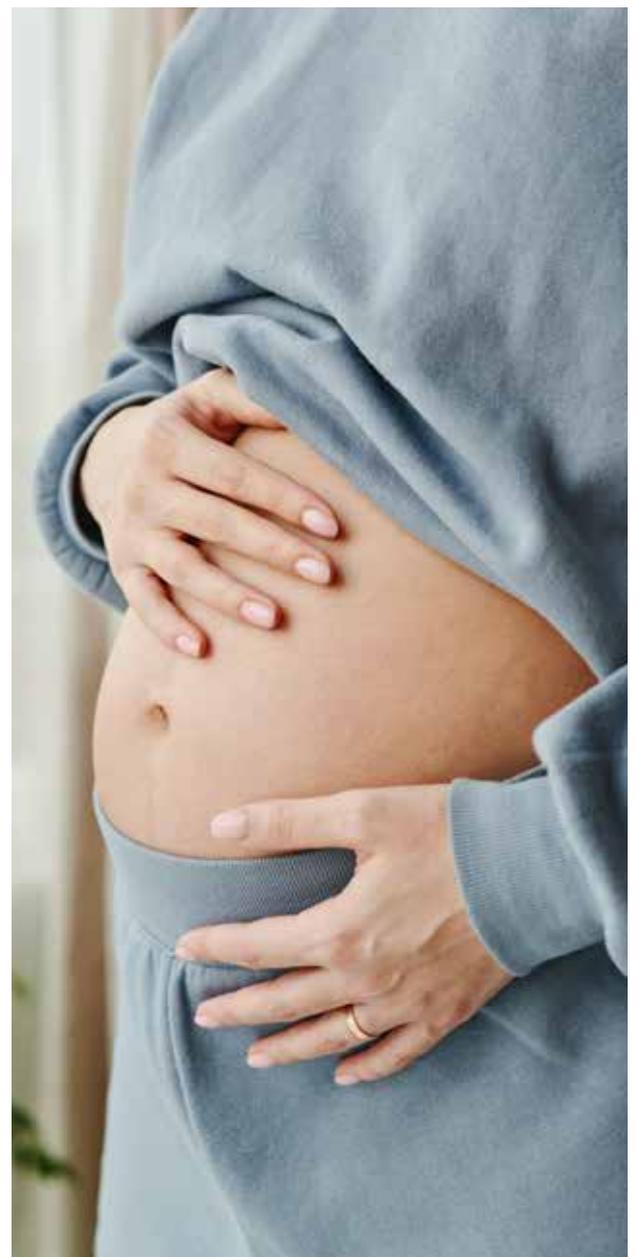
Più di un adulto su due e circa un bambino su tre sono obesi in Europa. L'Oms avverte: **l'obesità aumenta il rischio di tumori, malattie cardiovascolari, diabete di tipo 2, malattie respiratorie croniche.** Chi è in sovrappeso deve cercare di intervenire per raggiungere il peso forma e mantenerlo nel tempo, un obiettivo che i nostri dietologi e nutrizionisti vi aiuteranno a raggiungere in maniera sana, duratura ed equilibrata.

**SCLEROMOUSSE.
ELIMINA LE VENE VARICOSE
SENZA BISTURI.**

Una metodica rivoluzionaria, indolore e senza anestesia per trattare vene varicose o varici, teleangectasie, arteriopatie, scleroterapia. Basta la semplice iniezione di un farmaco schiumoso per chiudere le vene malate e riportare il flusso venoso alla sua normale fisiologia. **Adatta a pazienti di tutte le età, fino a 90 anni.**

**DISTURBI DELLA VISTA
IN GRAVIDANZA,
NON SOTTOVALUTARLI**

I cambiamenti fisici e ormonali che derivano dalla gravidanza possono influire sulla vista con diversi disturbi che generalmente sono temporanei. Alcuni di questi però possono richiedere l'attenzione del medico: è sempre meglio effettuare una **visita di controllo**, soprattutto in caso di problemi oculari o malattie che possono manifestarsi a livello dell'occhio.



SAN CARLO ISTITUTO CLINICO

BUSTO ARSIZIO (VA)

VIA CASTELFIDARDO 19
+39 0331 685065

LUN - VEN 8:00 / 20:00 • SAB 8:00 / 18:00

sancarloistitutoclinico.it



Delibera ASL n°84 del 02/02/2011

San Carlo Istituto Clinico:
Dir. Sanitario Dr. Giuseppe Reggiori
Specialista in Chirurgia Generale e Vascolare

direzionesanitaria@sancarloistitutoclinico.it