

SAN CARLO
ISTITUTO CLINICO

San Carlo Magazine

/ NOVEMBRE 2022



/ 01 *Sindrome dell'ovaio policistico: cosa sapere*

La sindrome dell'ovaio policistico è la disfunzione ormonale più comune in età fertile.

/ 02 *Quando un figlio non arriva: esami per lei e per lui*

Non è sempre facile avere un figlio. In Italia, almeno il 15% delle coppie deve affrontare problemi di infertilità.

La tua salute è in buone mani!



/ 03 *Sindrome metabolica: riguarda quasi la metà degli adulti tra i 50-60 anni*

Quando i chili di troppo aumentano possono associarsi ad alterazioni metaboliche e cardiovascolari.

/ 04 *L'epilazione definitiva, una svolta.*

In San Carlo è ora disponibile il laser ad Alessandrite, uno degli strumenti più avanzati.

/ 05 *Le nostre novità*

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

/ 06 *In evidenza*

Hai il diabete?
Controlla la vista.

Il controllo dell'udito è un gesto importante a tutte le età!

Ozonoterapia: una terapia naturale e indolore.

Mal di schiena, dolori al collo? Possono dipendere dalla postura.



La sindrome dell'ovaio policistico (PCOS) è la disfunzione ormonale più comune in età fertile.

Ne soffre infatti circa il **5-10% della popolazione femminile** e, se trascurata, può avere ripercussioni sia sull'aspetto riproduttivo sia su quello metabolico. Si manifesta con l'ingrossamento delle ovaie e la presenza di cisti ovariche multiple.

I sintomi sono spesso ignorati e il 50-70% dei casi non è diagnosticato.

I sintomi variano da donna a donna e tendono ad aggravarsi nel tempo, per questo la diagnosi tempestiva ricopre un ruolo fondamentale. Eppure, molti segnali sono ignorati, sottovalutati o semplicemente attribuiti a uno stile di vita scorretto.

Generalmente la diagnosi è certa quando sono presenti almeno due di queste condizioni:

.OVAIE POLICISTICHE

Dall'ecografia risulta un ovaio micropolicistico con follicoli.

.ALTERAZIONE DEL CICLO MESTRUALE

con mestruazioni che saltano o irregolari, cicli scarsi o prolungati.

.IPERANDROGENISMO

(eccesso di ormoni maschili).

Tra le sue manifestazioni più comuni vi sono l'**irsutismo**, un eccesso di peluria su viso e corpo, e spesso anche l'acne con una pelle più grassa. Può manifestarsi **fragilità del cuoio capelluto** e quindi perdita dei capelli, alopecia o calvizie. Di frequente all'ovaio policistico si associa una **sindrome metabolica con insulino-resistenza** e conseguente rischio di sovrappeso e obesità.

LA DISINFORMAZIONE È ANCORA TANTA. È IMPORTANTE SAPERE CHE:

.La visita ginecologica è fondamentale per una diagnosi precoce e il trattamento terapeutico più opportuno.

Solo così si possono affrontare i sintomi, migliorare la qualità di vita di chi ne soffre e identificare possibili problemi di infertilità in futuro.

.NON rende sterili, ma può richiedere più tempo per arrivare alla gravidanza, data la difficoltà a ovulare. Rivolgendosi a un professionista però questo tempo si può radicalmente ridurre con semplici trattamenti che inducono l'ovulazione.

.Può esserci il rischio di sviluppare altre malattie come obesità, diabete, malattie cardiovascolari, depressione, disturbi

del sonno e aumento del rischio di tumore dell'endometrio. Proprio per evitare queste complicanze è importante agire tempestivamente.

.Non si può curare ma si possono gestire i sintomi!

La PCOS è una condizione permanente e non esiste una cura definitiva, però è possibile controllare e dare sollievo ai sintomi che comporta.

Seguire una **dieta** adeguata, **fare sport** (si raccomandano 150 minuti settimanali di attività moderata o 75 minuti di attività intensa) e sottoporsi al **trattamento farmacologico** più idoneo per la propria condizione (se lo specialista lo ritiene necessario) può migliorare la convivenza con la malattia oltre che il profilo ormonale e metabolico.



QUANDO UN FIGLIO NON ARRIVA: ESAMI PER LEI E PER LUI

Non è sempre facile avere un figlio. In Italia, **almeno il 15% delle coppie** deve affrontare problemi di infertilità. Una condizione che l'Organizzazione mondiale della Sanità definisce tale in assenza di concepimento dopo 12/24 mesi di rapporti regolari non protetti.

Si tratta quindi di una difficoltà molto diffusa e spesso fonte di **ansia e stress**, fattori che di certo non facilitano il concepimento. Oltre a ciò, possono esserci ovviamente altre cause, come ad esempio **fumo e alcol, infezioni sessuali trascurate o patologie che ancora non sono state curate**. Anche il deterioramento dell'ambiente, con l'inquinamento industriale e della plastica possono avere un ruolo importante.

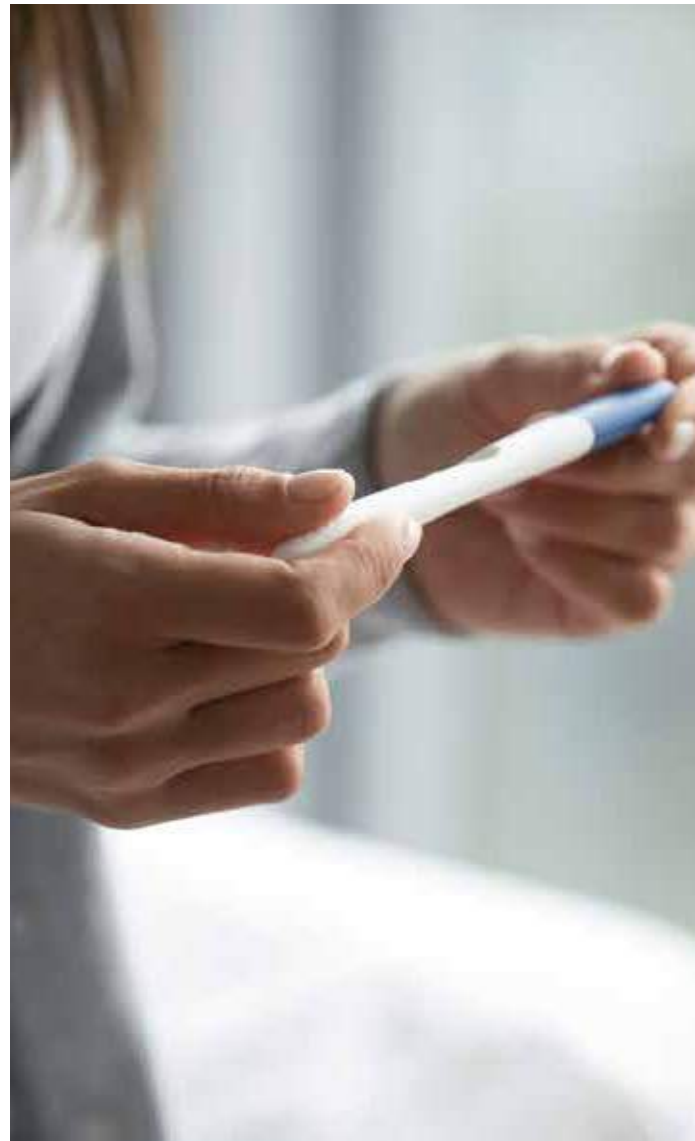
L'infertilità non è una questione esclusivamente femminile.

Per tanto tempo l'infertilità maschile è stata un tabù e purtroppo lo è ancora oggi: spesso, infatti, si arriva alla procreazione medicalmente assistita senza aver esaminato anche le condizioni fisiche di lui. **Ma in 1 caso su 2 il problema è maschile.**

UNA CONDIZIONE CHE VA AFFRONTATA INSIEME.

Entrambi i partner devono rivolgersi allo specialista per **indagare i motivi del mancato concepimento**.

Alcune cause sono risolvibili se scoperte in tempo. Prima si interviene quindi con



le opportune indagini e maggiori sono le possibilità di guarire e fare un figlio naturalmente.

Dopo un anno di rapporti frequenti non protetti è importante fare un check up.

.ESAMI PER LEI

Per valutare lo stato di fertilità è indispensabile eseguire una **visita ginecologica**.

Dosaggi ormonali che forniscono informazioni sulla riserva ovarica, cioè su quanti ovociti sono ancora disponibili nell'ovaio.

Ecografia transvaginale tridimensionale per verificare la presenza di lesioni nell'utero e di sue malformazioni.

Isterosonografia per capire se le tube sono libere da occlusioni e permettono il passaggio degli spermatozoi.

Tamponi vaginali per ricercare i germi responsabili di eventuali infezioni.

Isteroscopia, l'endoscopia dell'utero, per valutare la presenza di fibromi, polipi endometriali e sinechie uterine che possono impedire l'annidamento degli embrioni o compromettere l'andamento della gravidanza; **eventuale laparoscopia** per completare una diagnosi di endometriosi.



.ESAMI PER LUI

Visita andrologica, soprattutto per chi non l'ha mai fatta in passato.

Spermiogramma che dà informazioni sul numero, sulla motilità e sulla morfologia degli spermatozoi.

Spermiocoltura che accerta l'eventuale presenza di infezioni responsabili, per esempio, di prostatite o uretrite che possono essere tra le cause di infertilità. In caso di valori alterati, potranno esserci esami di secondo livello per indagare la patologia sospettata, quali test ormonali, test genetici e degli anticorpi antispermatozoo, ecografia della prostata e dei testicoli.

SINDROME METABOLICA: RIGUARDA QUASI LA METÀ DEGLI ADULTI TRA I 50 -60 ANNI



Quando i chili di troppo aumentano possono associarsi ad alterazioni metaboliche e cardiovascolari.

È così che si può dare origine alla **sindrome metabolica**, che non è una singola patologia, ma un insieme di fattori che pongono ad alto rischio di infarto, ictus e diabete. Un rischio da due a quattro volte superiore rispetto alle persone normali!

La sindrome metabolica è **sempre più diffusa anche in Italia**, dove si stima che ne soffrano più 10 milioni gli adulti, soprattutto over 50-60, ma anche molti ragazzi e bambini che già ne manifestano i segni.

Il fattore di rischio più importante è il sovrappeso

L'aumento della circonferenza addominale è **il primo campanello d'allarme**: il grasso viscerale o addominale è infatti quello che riveste organi importanti come il cuore, il fegato e il pancreas, e che nel tempo genera uno stato d'infiammazione cronica che si traduce in malattia.

Il girovita negli uomini non dovrebbe superare i 102 cm, nelle donne 88.

Oltre alla quantità eccessiva di grasso addominale, per fare una corretta diagnosi di sindrome metabolica devono presentarsi almeno **altri due fattori di rischio** tra questi:

- elevati valori di colesterolo LDL e trigliceridi nel sangue bassi livelli di colesterolo HDL (40MG/DL UOMO, 50MG/DL DONNA)
- pressione arteriosa sopra gli 85-130 mmHg
- glicemia a digiuno superiore ai 100 mg/dl
- elevati livelli di trigliceridi superiori a 250 mg/dl oppure trigliceridi oltre i 150 mg/dl

Quando il peso aumenta tanto, si consiglia quindi una valutazione generale delle condizioni di salute, perché è nella fase precoce che si può ancora intervenire.

UN KILLER POCO CONOSCIUTO E SILENZIOSO

Le persone che soffrono di sindrome metabolica spesso **non presentano sintomi** e dicono di sentirsi bene. Ed è proprio senza sintomi premonitori che una parte di loro, nella fascia di età tra i 50 e i 75 anni, va incontro a eventi come la morte improvvisa per causa coronarica. Chi ne è colpito dovrebbe pertanto procedere con uno **screening** per le patologie cardiovascolari (es. ecodoppler dei vasi del collo) ed eseguire un'**ecografia dell'addome** per escludere la presenza di steatosi epatica.



Per curare la sindrome metabolica e ridurre i rischi per la salute è necessario **perdere peso corporeo**, grazie a un'**alimentazione mediterranea corretta**, che permetta di gestire il contenimento dell'insulina mantenendo un livello glicemico ottimale. È importante eliminare zuccheri e amidi raffinati, prediligere riso, pasta, pane e pizza integrali. I carboidrati vanno ridotti a 60-80 gr a pasto e il cibo spazzatura, molto in voga tra i giovani, deve essere eliminato.

Fondamentale poi **aumentare il proprio livello di attività fisica**, con un'attività regolare (almeno 30 minuti di attività fisica leggera al giorno) e **sospendere l'abitudine al fumo e all'alcol**.

L'EPILAZIONE DEFINITIVA, UNA SVOLTA.

Liberarsi definitivamente dei peli superflui non è un sogno ma un obiettivo raggiungibilissimo. Sul mercato sono presenti ormai numerose metodologie per dire addio alla peluria e ogni anno l'offerta si amplia, raggiungendo livelli tecnologici e di prestazioni sempre più elevati.

IN SAN CARLO È ORA DISPONIBILE IL LASER AD ALESSANDRITE, UNO DEGLI STRUMENTI PIÙ AVANZATI:

L'elevata potenza lo rende **utilizzabile esclusivamente da medici** appositamente formati, ed è dotato di un sofisticato sistema di raffreddamento per ridurre il fastidio durante la seduta. In poche sedute, e in estrema sicurezza, si risolve il problema estetico della peluria sul viso e sul corpo.

NON SOLO PELI: IL LASER OFFRE ANCHE ALTRI BENEFICI

La pelle è molto più liscia e diminuisce il rischio di peli incarniti, peli sottopelle e cisti. Inoltre, niente più follicoliti e infiammazioni, che invece generalmente sono frequenti con la ceretta e la rasatura.



Il laser ad Alessandrite: una tecnologia d'eccellenza in San Carlo. Abbiamo chiesto alla nostra esperta!

La **DOTT.SSA ANNALISA NICCOLI**, Medico chirurgo, specialista in Dermatologia e Venereologia dell'Istituto Clinico San Carlo.

QUALI SONO LE CARATTERISTICHE DEL LASER AD ALESSANDRITE?

La rimozione dei peli superflui dal corpo è una delle procedure maggiormente richieste in medicina estetica e può essere effettuata con sistemi laser e con altre sorgenti di luce. **Il laser ad Alessandrite produce luce con una specifica lunghezza d'onda**, il cui target è rappresentato dalla melanina presente nel fusto, nel follicolo pilifero, nella papilla dermica e nel bulge e ad oggi può essere considerato una sorgente di prima scelta per l'epilazione permanente.

A CHI VIENE CONSIGLIATO QUESTO METODO DI EPILAZIONE?

È un metodo indicato sia a donne sia a uomini che richiedano il trattamento e che presentino un **colore del pelo marrone o nero**.

Come detto in precedenza il target del laser è rappresentato dalla melanina, pertanto, la fonte di luce non riconosce e non viene assorbita dai peli di colore bianco, grigio o rosso.

IN MEDIA QUANTE SEDUTE SERVONO?

Per una corretta laser-epilazione si deve tener conto delle **caratteristiche anatomiche e biologiche del pelo**.

Il **diametro e la profondità** del pelo variano nei diversi distretti corporei così come la **velocità di crescita**.

A questo vanno aggiunti eventuali **squilibri ormonali e assunzione di farmaci**. Tutto questo condiziona il numero di sedute e l'intervallo fra esse. In media si parla di **4-8 sedute** anche se bisogna sempre tener presente che non si tratta di un'indicazione precisa a cui faranno seguito delle sedute di mantenimento con un intervallo di tempo anch'esso variabile.



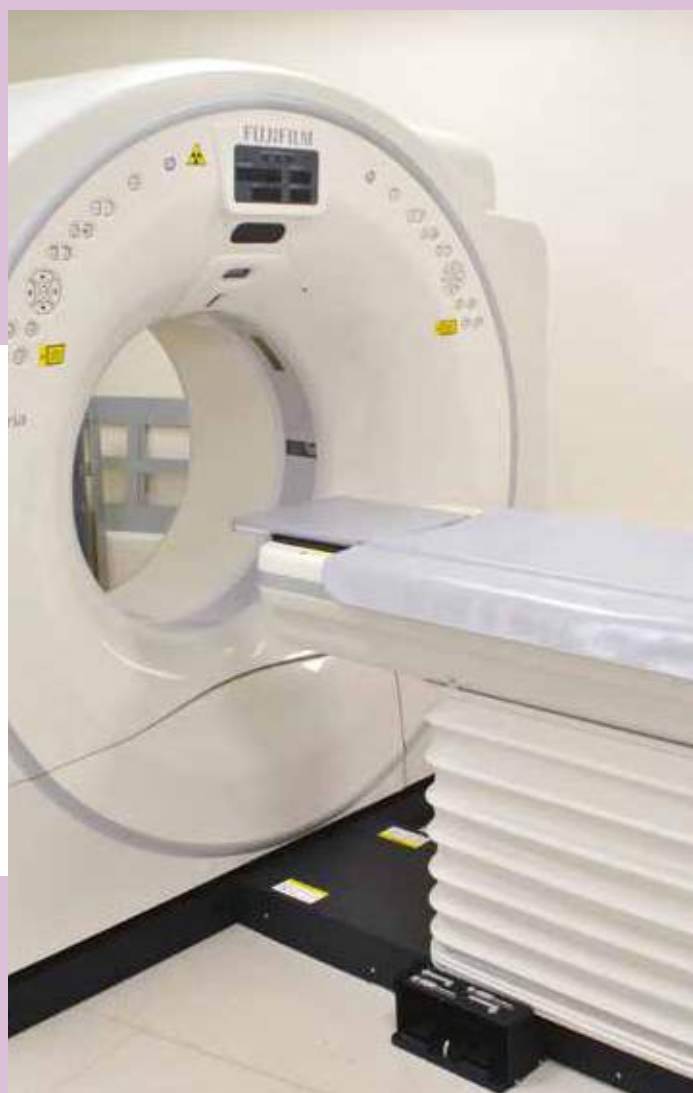
LE NOSTRE NOVITÀ

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

**IN CDTT C'È LA NUOVA
SALA TAC DI ULTIMA
GENERAZIONE**

Ora in San Carlo Diagnostic CDTT puoi effettuare anche la TAC al costo del ticket. A tua disposizione un innovativo macchinario di nuova concezione, per esami confortevoli e precisi, e dose radiante estremamente ridotta. In tempi rapidi e in convenzione con il Sistema Sanitario Nazionale.

Una grande novità, in memoria di un grande volto: Elena Mendicino, la coordinatrice delle risorse umane di San Carlo Istituto Clinico, venuta a mancare lo scorso anno.



**SAN CARLO È SPONSOR
DELLA STAGIONE
SINFONICA 2022-2023
DEL TEATRO SOCIALE**

La musica ci fa bene e noi la sosteniamo. Siamo sponsor della Stagione Sinfonica 2022-2023 organizzata da Musikademia, presso il Teatro Sociale Delia Cajelli di Busto Arsizio. Da ottobre a maggio, 5 spettacoli imperdibili per tutti gli appassionati di musica classica e lirica.

DESIDERI RIMUOVERE UN TATUAGGIO?

In San Carlo c'è Enlighten™ di Cutera, il Pico Laser migliore al mondo.

Lo strumento a picosecondi più evoluto e potente per la rimozione dei tatuaggi: riduce le sedute del 60-70% rispetto alle altre tecnologie, assicurando risultati ottimali dopo ciascuna seduta.



TERAPIA OCCUPAZIONALE post ictus, ischemia o trauma cranico

La terapia occupazionale a domicilio offre ai pazienti e alle loro famiglie la possibilità di **gestire al meglio il rientro a casa** dopo un evento neurologico acuto. Attraverso il training più opportuno si guida il paziente nel **recupero o mantenimento delle abilità residue**, per raggiungere la migliore autonomia possibile. A questo intervento partecipano anche familiari o care givers. Il recupero funzionale si propone infatti di migliorare la qualità di vita di entrambi.

I NOSTRI PERCORSI DI PREVENZIONE

DA QUANTO TEMPO NON FAI IL PAP TEST?

Prenotalo in San Carlo con la tecnologia più approfondita e sicura: il **Pap Test in fase liquida**. È disponibile anche il **vaccino anti Hpv 9-valente**, efficace contro nove tipi di HPV e capace di prevenire fino al 90% dei tumori da Papilloma Virus.

CONTROLLI IL TUO SENO? LA PREVENZIONE È VITA!



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.

RISCHIO ICTUS E MALATTIE VASCOLARI?

Prenota un check-up comprensivo di esami ematochimici, visita neurologica ed ecocolordoppler dei tronchi sovraortici (TSA), per individuare sul nascere patologie vascolari su cui è possibile intervenire precocemente.



CHECK-UP PER LUI. *Uomini, non trascurate la vostra salute.*

Il programma di prevenzione specifico per lui permette di monitorare lo stato di salute e prevenire l'insorgenza delle più frequenti patologie maschili. Comprende esami ematici, visita urologica, visita cardiologica con ecocardiogramma, visita dermatologica.



CHECK-UP ESTETICA: BELLEZZA IN SICUREZZA

Il punto di partenza di un programma estetico efficace e in sicurezza. Comprende esami ematici, visita cardiologica con ecocardiogramma e visita dermatologica.



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

HAI IL DIABETE? CONTROLLA LA VISTA

Sin dal primo sospetto di diabete è importante valutare anche la presenza di **retinopatia**, una delle principali cause di ipovisione e di cecità nel mondo occidentale. Questa malattia può richiedere anni prima di manifestarsi, per questo è importante effettuare regolari controlli anche in assenza di sintomi.

IL CONTROLLO DELL'UDITO È UN GESTO IMPORTANTE A TUTTE LE ETÀ!

Una persona su 4 soffre di **abbassamenti dell'udito**, e non solo anziani ma sempre più giovani e adolescenti. Tutti dovremmo controllare l'udito di tanto in tanto, soprattutto gli over 50, chi lavora in luoghi rumorosi, chi ascolta musica con regolarità e a volume elevato, chi frequenta spesso discoteche e concerti.

OZONOTERAPIA: UNA TERAPIA NATURALE E INDOLORE

Dal dolore al collo alla cistite alle patologie vascolari, neurologiche, del sistema immunitario. Ci sono numerose problematiche che possono trarre

beneficio dall'ozonoterapia, **una terapia naturale al 100%** che sfrutta i benefici dell'ossigeno e dell'ozono senza sottoporre ad alcun rischio e dolore.

MAL DI SCHIENA, DOLORI AL COLLO? POSSONO DIPENDERE DALLA POSTURA

Grazie alla **valutazione posturale** puoi riscontrare eventuali problematiche legate alla postura e alla colonna vertebrale e attuare le **strategie più opportune** per la risoluzione del dolore.



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