



ASSOCIAZIONE SAMMARINESE CUORE-VITA

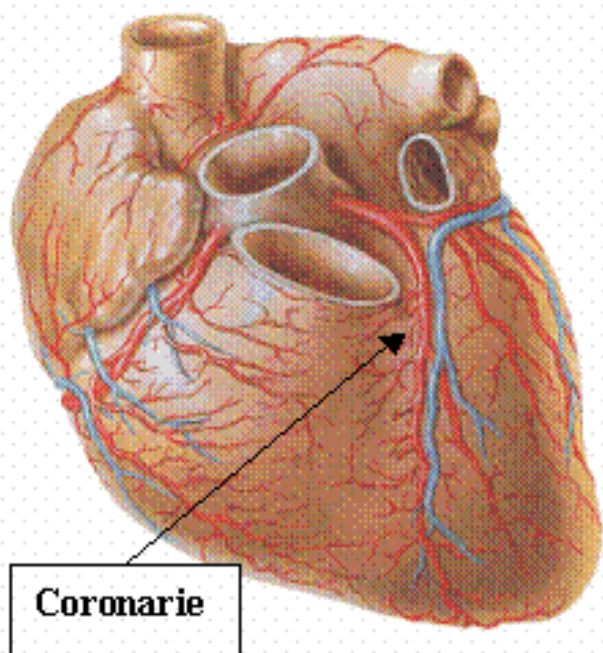
Via N. Bonaparte, 45 - 47890 SAN MARINO

Tel. fax 0549-991011 - Cell. 3357330499 e-mail assocuorevita@omniway.sm



LA CARDIOPATIA ISCHEMICA (Angina e Infarto cardiaco)

La cardiopatia ischemica è una malattia determinata da un ridotto apporto di sangue al cuore per l'ostruzione o il restringimento dei vasi che nutrono il muscolo cardiaco. Questi vasi, chiamati arterie coronarie, sono soggetti, come altre arterie di vari distretti corporei, ad un processo di irrigidimento e di deposizione di grassi sulle pareti, fenomeno comunemente noto con il nome di aterosclerosi, che si sviluppa abitualmente con il trascorrere degli anni.



E' utile precisare la differenza esistente fra le due forme principali di tale malattia: l'angina pectoris e l'infarto del miocardio.

L'angina pectoris è determinata da una "transitoria" riduzione del flusso di sangue arterioso al cuore, cioè da un apporto di sangue insufficiente alle richieste di quel preciso momento: ciò comporta uno stato di scarsa ossigenazione del territorio di miocardio irrorato dalle coronarie. Nella grande maggioranza dei casi tale evenienza si manifesta quando un vaso è parzialmente occluso da lesioni aterosclerotiche; in condizioni di riposo esse possono non ostacolare il normale funzionamento cardiaco, ma sotto sforzo o stress impediscono di soddisfare completamente le richieste di ossigeno del muscolo cardiaco.

Nell'infarto miocardico si ha invece la totale chiusura dell'arteria coronarica, quindi un danno irreversibile della porzione di cuore interessata, con morte del tessuto corrispondente.

La cardiopatia ischemica è la più comune causa di morte nei paesi industrializzati, ed è per tale motivo che è importante conoscerne le cause per poterla prevenire.

Vi sono dei fattori cosiddetti "di rischio" che predispongono all'insorgenza delle lesioni aterosclerotiche. Valori di colesterolo superiori alla norma, l'ipertensione arteriosa, il fumo di sigaretta, il diabete, lo stress e la vita sedentaria sono alcuni di questi fattori modificabili con semplici regole; riduzione dell'introito di grassi con la dieta (principalmente grassi saturi e colesterolo), aumentare l'introito di grassi insaturi tramite vegetali e pesce, aumentare l'introito di frutta fresca e cereali, cercare di raggiungere il peso ideale, fare attività fisica, non fumare, controllare periodicamente la pressione arteriosa che deve rimanere ad ogni età al di sotto di 140/90

Fattori di rischio per lo sviluppo dell'aterosclerosi non suscettibili di modificazioni sono: la presenza di familiari affetti da malattia ischemica (soprattutto se colpiti in età precoce) e l'avanzare dell'età, nelle donne ciò avviene soprattutto dopo la menopausa.

La sintomatologia della cardiopatia ischemica ha elementi comuni nelle differenti forme di presentazione, angina ed infarto: entrambi si manifestano con dolori toracici simili ad una sensazione di peso (angina vuol dire costrizione), possono essere irradiati al collo, alle spalle e agli arti superiori, talora sono accompagnati da sudorazione fredda e svenimenti. Il dolore è comunemente sordo, a partenza interna, non interessa le strutture toraciche superficiali e non si modifica con i movimenti del torace.

Nelle forme più comuni i dolori anginosi compaiono in relazione ad un maggior lavoro cardiaco: uno sforzo fisico, un intenso stress emotivo o anche più semplicemente con l'esposizione al freddo; non è tuttavia raro che questi disturbi compaiano in condizioni di apparente benessere. E' importante sottolineare che il persistere del dolore per più di 5-10 minuti deve far immediatamente sospettare un infarto in tal caso è importante allertare al più presto possibile il **118 (la tempestività in questi casi è fondamentale!!!)** e non agitarsi peggiorando la situazione ma restare, per quanto possibile, calmi in attesa delle prime cure.

Dr. Lazzari Nelson

IL CONDOMINIO S.r.l. AMMINISTRAZIONI CONDOMINIALI

- Consulenze • Elaborazione tabelle millesimali • Professionalità •
- Trasparenza • Assistenza lavori • Reperibilità nei giorni festivi •

Geom. **Cristina Fabiani**

Via Piana, 15
San Marino Città 47890 RSM

Tel. e Fax 0549 995019
Cell. 333 4939477