



XXIII CONGRESSO REGIONALE SIAPAV LAZIO

Sabaudia, 5 ottobre 2019

Centro Remiero Marina Militare
Caserma Piave - Via Principe di Piemonte, 19

Crediti ECM:
9

Le PATOLOGIE VENOSE al centro del XXXIII Congresso regionale SIAPAV Lazio

di Alessandro Ricci*

Ancora Sabaudia, con le sue dune, sugheri e romitori, spiagge dorate e sentieri rocciosi, accoglierà il 4 e 5 ottobre un folto gruppo di medici e operatori sanitari.

L'austera eleganza del Centro Remiero della Marina Militare, sulle sponde del lago di Paola, si rileva quale ideale cornice del XXIII Congresso SIAPAV Lazio.

I membri del Consiglio Direttivo, con i responsabili scientifici, dr. Stefano Molfetta e Tonino Proia, hanno l'obiettivo di rispondere alle esigenze formative e di aggiornamento dei cultori delle patologie vascolari, con cui instaurare un dialogo interattivo e di confronto, ma anche dei neofiti e dei medici di medicina generale o degli specialisti in campi diversi che chiedono sintesi e certezze sulle più opportune condotte gestionali da seguire. La piena sintonia con il Direttivo Nazionale, attento e proteso più che mai alla formazione, alla crescita comune e al miglioramento continuo personale ed istituzionale societario, ci spinge in questo impegno di contrasto delle Patologie vascolari prima causa di morte nel mondo occidentale e di fonte prioritaria di disabilità. Basti pensare che il solo ictus cerebrale rappresenta la prima causa di invalidità e la seconda di demenza, con un costo annuo per il SSN e famiglie di 17 miliardi.

Ricco e completo è il programma, che pur non trascurando alcuna delle principali tematiche vascolari, affronta accuratamente in apertura la relazione tra diabete e rischio cardiovas-

colare con la lectio magistralis di Guido Arpaia, Presidente nazionale della Società Italiana di Angiologia e Patologia Vascolare (SIAPAV). Verranno trattati temi peculiari e di grande interesse speculativo e pratico. Il grande sviluppo delle e-cig, le sigarette elettroniche, le prime segnalazioni di decessi adottati allo "svapo", non può esimerci dal non considerare con il giusto rilievo tale argomento.

Recenti studi attestano come una regolare attività fisica sportiva, almeno 150' settimanali, riducono di un quarto i decessi cardiovascolari e per patologie oncologiche, considerazioni che andranno enfatizzate nella tavola rotonda: "l'attività sportiva nella riabilitazione del paziente con patologia vascolare". Inedito e di certo valore culturale, e se non altro dal punto di vista demografico, la sessione dedicata alla metodologia integrativa della Medicina Tradizionale Cinese (MTC) nelle patologie vascolari artero/venose: "Una Cina 2 Medicine", dal titolo del libro pubblicato nel 1983 dall'indimenticato e lungimirante Mauro Bartolo.

Ampio spazio è dedicato non alla "Cenerentola della Medicina" quanto piuttosto alla "Bella Addormentata", la flebologia. Dopo decenni di riluttanza, di discriminazione, sempre più le patologie venose attraggono notevoli interessi in diversi campi, culturali, clinici, estetici e perché no, economici. I motivi di tale interesse sono molteplici, ma possono essere riassunti brevemente in quanto segue. L'insufficienza

Venosa Cronica (IVC), è una patologia rilevante sia dal punto di vista epidemiologico, con prevalenza del 25-50% nell'uomo e del 50-55% nella donna, sia sulla compromissione della qualità di vita. Nelle forme più avanzate determina notevole difficoltà di gestione per la complessità dei bisogni e degli interventi. Enormi sono le limitazioni alla vita quotidiana, con compromissione della vita sociale e lavorativa, dolore, perdita di sonno e stato depressivo, cronicità, evolutività. Condizioni di sofferenza, che in studi paragonativi sulla qualità della vita, pongono tali stati più severi ai livelli di patologie quali lo scompenso cardiaco, l'insufficienza respiratoria e le neoplasie. Ma non possiamo non evidenziare come la trombosi venosa profonda e la sua conseguenza più temibile, l'embolia polmonare, sono al terzo posto fra le cause di morte e al secondo fra le cause di morte improvvisa.

L'aver coinvolto nel convegno i più esperti clinici, i rappresentanti di Istituti Universitari, di ricerca, e dei direttivi di varie società scientifiche, dà il conto di come, seppur in maniera laconica, si sia voluto assicurare un valido e competente contributo performante che nelle nostre intenzioni potrà servire ad un approccio utile e corretto, ma soprattutto destare quell'attenzione culturale e speculativa, che rende umanità e virtuoso pregio alla scienza medica per il bene e nell'interesse dei pazienti.

* Angiologo - Presidente Siapav Lazio



Società Italiana di Angiologia e Patologia Vascolare
Italian Society for Angiology and Vascular Medicine

a cura del Consiglio Direttivo Regione Lazio - Presidente Alessandro Ricci - Vice presidente Stefano Molfetta
Segretario Federica Pomella - Consiglieri Antonio Lorido, Antonella Marcocchia, Sandro Tucci

SE RISPETTI LE TUE GAMBE MIGLIORI LA TUA VITA



SVOLGI UNA REGOLARE ATTIVITÀ FISICA. Camminare a buon passo almeno 150' la settimana, riduce il rischio di mortalità del 25%. Sono da preferire sport che comportano attività ritmica e regolare (marcia, trekking, bicicletta, nuoto, ciclette). Da evitare o limitare sport che richiedono scatti, movimenti bruschi o contrazioni protratte dei muscoli addominali o degli arti inferiori (es. tennis, sollevamento pesi).



EVITA DI STARE FERMO, IN PIEDI O SEDUTO, PER TEMPI PROLUNGATI. Durante il lavoro o viaggi, muovi spesso le gambe. Sollevalti frequentemente sui muscoli dei piedi. Se possibile interrompi la giornata sollevando gli arti. Controlla come appoggi i piedi, se hai tilomi (calli, duroni), o se consumi male le soles. Evita calzature senza tacchi o troppo alti. È utile rialzare il letto in corrispondenza dei piedi.



OBESITÀ E SOVRAPPESO NON SONO AMICI DELLE TUE GAMBE E DELLA TUA VITA. Mantieni il peso ideale, avrai beneficio sulla prevenzione e ridurrai il peggioramento dei sintomi. Va eliminata la stipsi. Preferisci alimenti a basso contenuto calorico e ricchi di fibre. Hanno azione positiva i cibi ricchi di antiossidanti, di vitamina C e bioflavonoidi, quali frutta fresca: agrumi, ciliegie, ananas, kiwi, fragole, mirtilli e lamponi. Evita il consumo di alimenti di difficile digestione, come intingoli, frittore, alimenti ricchi di grassi, alcol.



CALORE. Andrà evitato di esporre le gambe a fonti di calore, fanghi caldi e fometti. Non è opportuno prendere il sole sulle gambe nelle ore più calde. Approfitta del mare per camminare a lungo nell'acqua.



FARMACI. La pillola e gli estroprogestini possono favorire le trombosi venose, specie se associati al fumo (prima causa di morte rimovibile) e peggiorare i disturbi dovuti al sistema venoso. Alcune terapie per l'ipertensione, i calcio antagonisti, e farmaci usati in psichiatria, determinano o accentuano il gonfiore.



ANDRANNO EVITATE COMPRESSIONI DISTRETTUALI SUGLI ARTI INFERIORI, tipo calze corte con elastici, pantaloni aderenti o guanti e bustini che stringono la radice degli arti.

SE HAI UNO O PIÙ DI QUESTI DISTURBI ALLE GAMBE, RIVOLGITI AL TUO MEDICO DI MEDICINA GENERALE, SAPRÀ INDICARTI LA NECESSITÀ DI UNA VISITA ANGIOLOGICA O DEL CHIRURGO VASCOLARE.

GONFIORE di una o di entrambe le gambe, caviglia - piede, insorto da tempo o recentemente - PESANTEZZA - DOLORE ARROSSAMENTO o colorito cianotico - CUTE INDURITA, SQUAMOSA E SECCA - FERITA DELLA PELLE CHE TARDA A GUARIRE FRAGILITÀ CAPILLARE - CRAMPI - PRURITO - FROMICOLIO, PRESENZA DI DILATAZIONI VENOSE (Varici)

SCORE DI WELLS per il sospetto clinico di Trombosi Venosa Profonda (TVP)	
Parametro clinico	Punteggio
Cancro in atto (terapia in corso o negli ultimi 6 mesi o palliativo)	1
Recente allettamento per più di 3 giorni o chirurgia maggiore nelle ultime 4 settimane	1
Paralisi, paresi o recente immobilizzazione di un arto inferiore	1
Tensione dolorosa lungo la distribuzione del sistema venoso profondo	1
Gonfiore a tutta la gamba	1
Edema del polpaccio > 3 cm in confronto alla gamba asintomatica (misurato 10 cm sotto la tuberosità tibiale): in pazienti con sintomi bilaterali usare la gamba peggiore	1
Edema con fovea (maggiore nella gamba sintomatica)	1
Vene superficiali collaterali (non varicose)	1
Diagnosi alternativa più verosimile o più probabile	-2
<i>Punteggio totale >=3: alta probabilità di TVP tra 1 e 2: probabilità intermedia di TVP</i>	