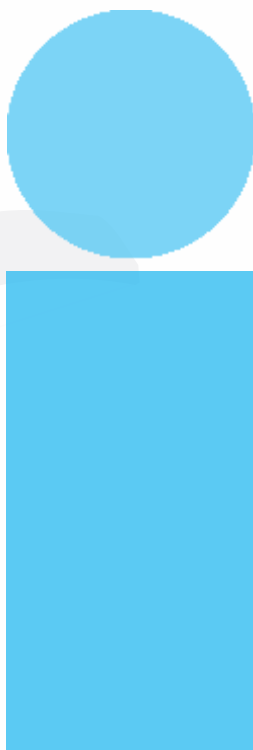




A.L.I.Ce. Onlus
FRIULI VENEZIA GIULIA - Trieste

Associazione per la **L**otta
all'**I**ctus **C**erebrale

CONOSCERE L'ICTUS

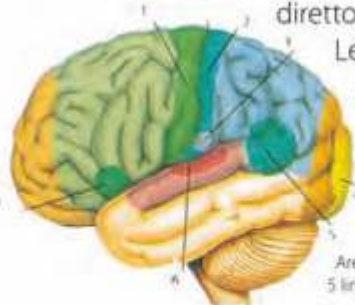


Che cos'è l'Ictus Cerebrale?



L'Ictus, o stroke in inglese, che letteralmente significa "colpo", è un danno cerebrale improvviso che si verifica quando il flusso sanguigno diretto al cervello si interrompe in parte o del tutto.

Le cellule nervose non ricevendo più ossigeno e glucosio vanno incontro a sofferenza e di conseguenza le funzioni del corpo (linguaggio, vista, sensibilità, ecc.) dipendenti da quell'area sono compromesse.



Arete cerebrali: 1 motoria - 2 sensitiva - 3 gusto - 4 visiva
5 linguaggio/comprendimento - 6 uditiva - 7 linguaggio/espressione

Quanti tipi di Ictus ci sono?

L'Ictus può essere di due tipi: ischemico o emorragico. L'80% degli ictus è di tipo ischemico, il rimanente 20% è di tipo emorragico.

Da che cosa è provocato?



L'Ictus ischemico è causato da un ostacolo al flusso sanguigno diretto al cervello. L'ostacolo può essere dovuto ad un restringimento progressivo (placca ateromastica) o alla chiusura improvvisa (embolia) di un'arteria.

L'Ictus emorragico è causato invece dalla rottura di una arteria cerebrale o per aumento della pressione arteriosa o per la presenza di un aneurisma o malformazione congenita dell'arteria.



Quante persone colpisce l'ictus?

Ogni anno in Italia si verificano 196 mila casi. Un caso di ictus ogni 3 minuti! Di questi 80% sono dovuti a nuovi casi e il 20% alle ricadute. Se non verranno prese misure efficaci per contrastare la malattia, le proiezioni per il 2017 stimano in 196 mila i nuovi casi.



Quali sono le conseguenze dell'ictus?



Le conseguenze dell'ictus sono devastanti! L'ictus è fra le principali cause di ricovero per malattie acute, invalidità permanente e mortalità. Il 30% delle persone colpite da ictus decede entro il primo anno dall'insorgenza della malattia. Dei restanti, che andranno ad aggiungersi ai 907 mila circa sopravvissuti viventi in Italia, il 30% presenterà un'invalidità permanente.

Come si manifesta un ictus?

L'ictus può manifestarsi in diversi modi. I sintomi di presentazione più frequenti sono:

- paralisi o debolezza e formicolio al viso, braccio, gamba; soprattutto se interessano un lato solo del corpo.



non sento più un braccio
o una gamba



non muovo più un braccio
o una gamba



mi accorgo di avere
la bocca storta



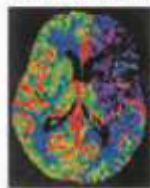
- visione annebbiata o diminuita in uno o entrambi gli occhi
- difficoltà a pronunciare o comprendere semplici frasi
- mal di testa violento e improvviso, mai provato prima e senza cause apparenti
- perdita di equilibrio, vertigini o mancanza di coordinazione inspiegabili, soprattutto se associati con qualcuno dei precedenti disturbi.



Come comportarsi in presenza di questi sintomi?



L'ictus Cerebrale è un'emergenza medica. In presenza dei sintomi elencati sopra bisogna immediatamente chiamare il 112 oppure recarsi direttamente in **Pronto Soccorso**. Aspettare l'arrivo del medico significa perdere tempo prezioso per le cure.



Attualmente le metodiche diagnostiche e le terapie disponibili consentono, se applicate tempestivamente, di limitare il danno cerebrale e di conseguenza di aumentare le probabilità di guarigione dopo un ictus.

TAC cerebrale colorata: in viola l'area infartuata

Esistono dei campanelli d'allarme dell'ictus?

Nel 10-15% dei casi l'ictus ischemico è preceduto da un attacco ischemico transitorio o TIA. Questo non è altro che un ictus di breve durata. Di solito i disturbi descritti sopra si risolvono in 30-60 minuti e solo in pochi casi in 24 ore.

In caso di TIA bisogna contattare il medico curante o recarsi immediatamente al **Pronto soccorso**, in quanto la sua comparsa sta ad indicare



che qualcosa non va a carico del distretto circolatorio cerebrale. Nella maggior parte dei casi la terapia medica o chirurgica in caso di placca carotidea possono impedire l'insorgenza di un ictus definitivo.

Perché si verifica un ictus?



L'ictus ischemico si verifica essenzialmente a causa di un restringimento graduale (trombosi) o della chiusura improvvisa (embolia) delle arterie che portano il sangue al cervello.

Il restringimento graduale di solito è dovuto alla formazione di una placca ateromastica a carico della arteria carotide interna ed è una conseguenza dell'aterosclerosi. Questa è una malattia insidiosa delle arterie dovuta ad ipertensione arteriosa, diabete, fumo, ipercolesterolemia, sovrappeso e mancanza di attività fisica.

La chiusura improvvisa dell'arteria è dovuta abitualmente ad un coagulo di sangue o embolo proveniente dal cuore. Ciò succede prevalentemente nelle persone affette da fibrillazione atriale. Questa è la causa principale di embolia cerebrale.

Quali sono le condizioni che predispongono all'ictus?

L'ictus è una malattia che può colpire a tutte le età ed entrambi i sessi. In genere però è più frequente dopo i 55 anni e negli uomini. Le condizioni che favoriscono l'insorgenza di un ictus sono:

- l'ipertensione arteriosa non controllata: questa è la principale causa di ictus sia emorragico che ischemico!
- la fibrillazione atriale non trattata con farmaci antitrombotici: questa è la principale causa di ictus ischemico embolico!
- l'aterosclerosi delle arterie cervicali: questa è la principale causa di ictus ischemico aterotrombotico!

Come si può prevenire l'ictus cerebrale?

Innanzitutto con una sana alimentazione e un'attività fisica regolare. Quindi adottando abitudini di vita corrette e tenendo sotto controllo il peso corporeo.



Il controllo della pressione arteriosa con farmaci e/o con misure dietetiche può da solo quasi dimezzare il rischio di ictus cerebrale, sia emorragico che ischemico. È buona norma dopo i 40 anni controllare periodicamente la pressione. I valori ottimali dovrebbero essere inferiori a 130 mmHg per la massima e 80 mmHg per la minima. Per valori maggiori di 145 e 90, rivolgersi al medico di fiducia.



L'elettrocardiogramma in persone con battito cardiaco irregolare può svelare la presenza di una fibrillazione atriale: in queste persone la terapia antitrombotica in assenza di controindicazioni riduce il rischio di ictus ischemico del 70%.



periodicamente fatti controllare dal tuo medico di fiducia.

L'eco Doppler delle carotidi in persone a

rischio di aterosclerosi (età superiore a 55 anni e/o uno dei seguenti fattori: ipertensione, fumo, diabete, ipercolesterolemia, obesità, scarsa attività fisica) può rilevare la presenza di una placca ateromasica: la rimozione chirurgica della placca carotidea e la terapia antiaggregante piastrinica riducono il rischio di un ictus ischemico aterotrombotico del 30% circa.

...ma io sono a rischio?!

Hai più di 55 anni?

sì no

La tua pressione arteriosa supera 140/80?

sì no

Soffri di diabete o la tua glicemia supera i 120 mg/dL?

sì no

Fumi o hai smesso di fumare da meno di un anno?

sì no

Il tuo colesterolo totale è più alto di 200 mg/dL?

sì no

Fai poca attività fisica (30 min 2 volte a settimana)?

sì no

Superi di 10 Kg il tuo peso ideale?

sì no

Nella tua famiglia qualcuno è stato colpito da ictus?

sì no

Hai mai avuto in passato un attacco ischemico transitorio o un ictus?

sì no

Hai mai sofferto di infarto o malattie coronariche?

sì no

Soffri di Fibrillazione Atriale?

sì no



• Fattori di rischio comuni per ictus e infarto cardiaco

• Fattori di rischio più importanti per infarto cardiaco

• Fattori di rischio più importanti per ictus

Se hai risposto sì in più di 2 quadratini potresti essere a rischio di infarto miocardico o di ictus. Parlane col tuo medico di fiducia.

Chi è ALICE

Alice è l'associazione colpiti da Ictus di Trieste che si è costituita con lo scopo principale di promuovere l'assistenza riabilitativa e sociale (in tutti i suoi vari aspetti) dei pazienti colpiti da ictus, nonché diffondere e promuovere le conoscenze per prevenire tale patologia.

Perché ALICE

Molte persone sono a rischio e non sanno di esserlo, molte sono già state colpite e non hanno trovato sin ad ora delle risposte adeguate ai loro bisogni oppure, avendole trovate, hanno perso i benefici in breve tempo per motivazioni non solo strettamente mediche, da qui lo scopo di questa Associazione di creare una risposta ed un aiuto a tali esigenze.

A chi si rivolge ALICE?

L'Associazione si rivolge a persone colpite da ictus, ai familiari ed a tutti coloro che sono interessati a migliorare la qualità di vita di questi pazienti ed a partecipare attivamente ad iniziative volte a garantire la piena integrazione dei pazienti portatori di disabilità in un contesto sociale adeguato.

Puoi sostenerci con:

- a) scelta della destinazione del cinque per mille dell'IRPEF con il CUD, il modello 730 e il modello unico (C.F. del beneficiario: **90090570327**)
- b) lasciti solidali testamentari
- c) elargizioni liberali presso tutti gli sportelli Unicredit Banca con apposito modulo
- d) elargizioni liberali con versamento su c/c postale 61640652 - Trieste intestato ad Alice FVG Trieste
- e) elargizioni liberali con bonifico sul c/c IBAN: IT70B 06340 02202 07 404400551B presso Cassa di Risparmio del Friuli Venezia Giulia - Ag. San Giacomo, intestato ad Alice FVG - Trieste
- f) con la quota di iscrizione della nostra Associazione

Per diventare nostro socio è necessario versare la quota associativa minima di euro 25,00

- a) su C/C postale n.61640652-Trieste
- b) con bonifico sul c/c IBAN: IT 70 B 06340 02202 07404400551B c/o Cassa di Risparmio del Friuli Venezia Giulia Ag. San Giacomo, intestato ad ALICE F.V.G.- Trieste causale: quota sociale per l'anno in corso. Sussistono tre possibilità di versamento della quota sociale:
 - socio ordinario € 25,00
 - socio sostenitore € 50,00
 - socio benefattore € 100,00

ALICE
ASSOCIAZIONE PER LA LOTTA ALL'ICTUS CEREBRALE
FRIULI VENEZIA GIULIA - TRIESTE - ONLUS
www.alicefvg.com - alicefvg.ts@libero.it
www.facebook-com/Ictus FVG
via Valmaura n.59 - c/o III Distretto sanitario
34148 Trieste - info: giovedì dalle 15.00 alle 18.00
Cell. 333 8351443