



POSSIBILI CONSEGUENZE DI UN ICTUS DOPO LA FASE ACUTA

In Italia l'ictus è la principale causa di disabilità nell'adulto e la seconda causa di demenza, con perdita di indipendenza nelle attività quotidiane; nel 35% dei pazienti colpiti da ictus, globalmente considerati, la residua disabilità è grave.

Possibili esiti di un ictus cerebrale sono: riduzione di motilità e forza di grado variabile di un lato del corpo (metà inferiore del viso, braccio e/o gamba); difficoltà di deambulazione; incapacità di compiere correttamente dei gesti in assenza di paralisi (aprassia); disturbi del linguaggio (afasia, disartria); disturbi della deglutizione; disturbi della sensibilità e della percezione, ad esempio del senso del tatto o della percezione della temperatura; disturbi della vista, ad esempio visione doppia (diplopia) e disturbi del campo visivo (emianopsia); disturbi della memoria; cambiamenti emozionali.

L'ictus cerebrale costituisce, pertanto, un'importante problematica a livello di salute pubblica, il cui impatto causa notevoli conseguenze, non solo sulle condizioni cliniche delle persone colpite, ma anche sulle loro famiglie e sui caregiver e comporta un rilevante costo economico e sociale con perdita della produttività individuale.

RACCOMANDAZIONI PER LA PREVENZIONE

1) Adotta e mantieni stili di vita salutari

- Non fumare; smetti di consumare qualsiasi prodotto del tabacco ed evita l'esposizione al fumo passivo.
- Pratica regolarmente un'attività fisica adeguata (almeno 30 minuti per 5-7 volte alla settimana).
- Limita o evita il consumo di bevande alcoliche ricordando che in gravidanza e allattamento o se sei minorenne non devi assolutamente assumerle.
- Segui una corretta alimentazione, varia ed equilibrata, ricordando, in particolare, di: ridurre il consumo di sale; prediligere il consumo di verdura, frutta, cereali integrali e pesce; limitare l'assunzione di carne rossa, di grassi di origine animale e di zuccheri.
- Mantieni o persegui un peso corporeo ottimale, assumendo una quantità di calorie adeguata al tuo fabbisogno energetico.
- Non superare le tre tazzine di caffè al giorno e non favorirne il consumo tra i minorenni.
- Evita l'assunzione di qualunque droga.

2) Riconosci precocemente e tieni sotto controllo, con l'aiuto del medico curante e degli specialisti di tua fiducia, eventuali fattori che aumentano il rischio di ictus, quali:

- ipertensione arteriosa
- diabete mellito
- dislipidemie (valori aumentati di colesterolemia e di trigliceridemia)
- fibrillazione atriale
- cardiopatie e vasculopatie

e per le quali è importante:

- adottare e mantenere stili di vita salutari;
- assumere i farmaci prescritti secondo le dosi e le modalità stabilite dal medico curante;
- effettuare gli esami e le visite di controllo nei tempi indicati dal medico curante;
- effettuare eventuali ulteriori trattamenti terapeutici ove raccomandati dal medico curante e dallo specialista di riferimento.

Segui queste raccomandazioni anche se hai già avuto un ictus cerebrale o un TIA. Qualora dovessero ripresentarsi, anche parzialmente, i sintomi che hai già avuto chiama subito il 112/118.



Ministero della Salute



Direzione generale della
prevenzione sanitaria - Ufficio 8

Direzione generale della comunicazione
e dei rapporti europei e internazionali - Ufficio 2

 www.salute.gov.it

Maggio 2021



Ministero della Salute

Le malattie cerebrovascolari



.....
**COSA SONO E
COSA FARE PER
PREVENIRLE E
AFFRONTARLE**
.....



LE MALATTIE CEREBROVASCOLARI

Le malattie cerebrovascolari sono patologie del sistema nervoso centrale provocate da alterazioni della circolazione sanguigna, quali occlusioni dei vasi da parte di un trombo o di un embolo, rotture o alterazioni anatomico-funzionali della parete dei vasi, aumento della viscosità del sangue o modifiche di altre sue caratteristiche.

La sintomatologia varia a seconda delle cause, dell'area cerebrale colpita, nonché della durata del deficit circolatorio (temporaneo o permanente).

Le malattie cerebrovascolari più frequenti sono l'ictus ischemico (circa l'80% degli eventi cerebrovascolari acuti), l'emorragia intracerebrale (15-20%), l'emorragia subaracnoidea (3-5%) e gli eventi cerebrovascolari acuti mal definiti (1-3%).

A livello mondiale le malattie cerebrovascolari sono la seconda causa di morte e la terza causa di disabilità oltre a essere responsabili di circa un decimo degli anni persi per morte prematura o disabilità (disability-adjusted life years, DALY). Sono anche responsabili di un considerevole carico sociale (burden) per il paziente e per i familiari che lo assistono.



L'ICTUS

L'ictus (termine che deriva dal latino "colpo", in inglese stroke) è una malattia cerebrovascolare acuta causata dall'improvvisa chiusura (da parte di un trombo o di un embolo) oppure dalla rottura di un vaso sanguigno che irrorava l'encefalo. Nel primo caso il danno cerebrale è provocato dalla carenza/mancanza di ossigeno e glucosio (zucchero) veicolati dal sangue alle cellule nervose (ictus ischemico), nel secondo dalla fuoriuscita del sangue dal vaso (emorragia primaria o ictus emorragico).

La mortalità per ictus è del 20-30% a 30 giorni dall'evento e del 40-50% a distanza di un anno, ed è maggiore nelle forme emorragiche rispetto a quelle ischemiche. Solo il 25% dei pazienti sopravvissuti ad un ictus guarisce completamente, il 75% sopravvive con una qualche forma di disabilità, e di questi circa la metà è portatore di un deficit così grave da perdere l'autosufficienza.

SINTOMI DELL'ICTUS

L'ictus è caratterizzato dalla **comparsa improvvisa** di uno o più dei seguenti sintomi:

- deficit di motilità e forza più (emiplegia) o meno marcato (emiparesi) e/o deficit sensitivi (formicolii, perdita di sensibilità) alla metà inferiore del viso, al braccio e/o alla gamba di un lato del corpo con asimmetria della bocca ("bocca

storta", più evidente quando il paziente prova a sorridere) e/o incapacità di sollevare un braccio o di mantenerlo alzato allo stesso livello dell'altro e/o difficoltà a muovere una gamba;

- difficoltà nel parlare e/o nel comprendere il linguaggio altrui;
- disturbi visivi a uno o a entrambi gli occhi;
- perdita di coordinazione dei movimenti, sensazione di vertigine, di sbandamento o caduta a terra;
- mal di testa molto forte e inconsueto. Nei casi più gravi può esservi un'alterazione dello stato di coscienza.

IL "TIA"

"TIA" è l'acronimo inglese di "**Transient Ischemic Attack**" (attacco ischemico transitorio) e sta a indicare l'improvvisa comparsa di segni e sintomi simili a quelli di un ictus che, per definizione, durano meno di 24 ore.

Il TIA deve essere considerato con la massima attenzione, perché può essere un campanello di allarme per un ictus vero e proprio. Il TIA si manifesta, infatti, in circa un terzo dei soggetti che in seguito presentano un ictus ischemico. Inoltre, circa il 10% dei TIA recidiva a 5 anni.



COSA FARE IN CASO DI COMPARSA DI SINTOMI RIFERIBILI ALL'ICTUS O AL TIA

L'ictus cerebrale è una patologia "tempo-dipendente": in corso di ischemia prima si interviene e più cellule cerebrali si possono salvare ("il tempo è cervello"), consentendo una migliore ripresa dall'ictus. La massima efficacia dei trattamenti di riperfusione si ottiene se vengono intrapresi entro 4.5-6 ore dall'esordio dei sintomi.

Pertanto, in caso di comparsa di sintomi riferibili all'ictus o al TIA è assolutamente necessario evitare di perdere tempo:

- **CHIAMARE SUBITO il 112/118 per il trasporto urgente e diretto al Pronto Soccorso di un Ospedale ove si effettuano le cure specialistiche dedicate all'ictus (Centri Ictus o Stroke Unit);**
- **NON aspettare di vedere se i sintomi migliorano spontaneamente;**
- **NON chiamare e non recarsi dal medico di medicina generale (MMG) o dalla Guardia Medica;**
- **NON recarsi in Pronto Soccorso con mezzi propri, anche per evitare di presentarsi in un Ospedale dove non sia disponibile almeno il trattamento trombolitico per via endovenosa.**