

Cardiologie aperte 2014, un evento di successo

Tra sport, cultura e socialità si insegna alle persone ad affrontare un arresto cardiaco

Ogni giorno in Europa un numero di persone pari ai passeggeri di due Jumbo Jet muore per arresto cardiaco improvviso e spesso impreveduto. In Italia, ogni anno, oltre 60.000 persone vengono colpite da un infarto: in media, ogni giorno, 164 persone, pari a 1 abitante ogni mille all'anno; di queste, solo il 40% arriva vivo in ospedale, e solo il 10% viene dimesso dall'ospedale. Sono numeri che fanno riflettere, perché con semplici accorgimenti le cose possono cambiare, e il numero dei sopravvissuti agli infarti può sensibilmente aumentare.

A Trieste, sono circa 250 i casi di arresto cardiaco "extraospedaliero" che avvengono ogni anno, e diventa fondamentale la sensibilizzazione dei cittadini al problema, e l'educazione di comunità alle manovre essenziali di riconoscimento, trattamento ed allerta del sistema sanitario.

Altrettanto importante per garantire l'efficacia delle cure è la collaborazione, ben consolidata in area triestina, dell'intero sistema dell'emergenza, che si compone di 118, Pronto Soccorso, Istituto di Rianimazione e Terapia Intensiva Generale e Cardiologia.

L'arresto cardiaco è un evento poco prevedibile e prevenibile, in quanto colpisce nei due terzi dei casi perso-

ne apparentemente sane. Si tratta di cifre inquietanti, che si possono tuttavia modificare nel senso di un miglioramento attraverso un'adeguata organizzazione ed assistenza sanitaria, e anche grazie all'intervento dei cittadini: nel 70% dei casi l'arresto cardiaco avviene infatti in presenza di testimoni, che non hanno le competenze per rianimare, e sono in grado di intervenire in maniera corretta solo nel 15% dei casi. Se le manovre rianimatorie iniziassero prima dell'arrivo dell'ambulanza, le possibilità di sopravvivenza aumenterebbero di 2 o 3 volte.

Lo scorso febbraio, la Fondazione "Per il tuo cuore" - Heart Care Foundation (HCF) Onlus ha promosso la "Settimana nazionale di sensibilizzazione sulla morte improvvisa" evento di sensibilizzazione sociale che si è posto l'obiettivo di informare la popolazione sulle modalità di prevenzione delle malattie cardiovascolari al fine di ottenere la riduzione dell'incidenza delle malattie cardiovascolari ed il miglioramento degli esiti in caso di arresto cardiaco.

L'evento, che è parte del ciclo iniziato nell'ottobre 2013 con la "Settimana Europea per l'Arresto Cardiaco", ha avuto il supporto di molte istituzioni locali, fra cui la



Prefettura, l'Università, l'Azienda Ospedaliero-Universitaria e le Associazioni di Volontariato, e ha coinvolto oltre 220 strutture in tutta Italia sotto il patrocinio della Presidenza della Repubblica, Associazione nazionale dei medici cardiologi ospedalieri e dalla Federazione italiana gioco calcio.

È anche importante sapere che in alcuni casi l'arresto cardiaco può rappresentare il primo evento di una malattia cardiaca non nota. Non raramente le vittime di arresto car-

diaco sono giovani sotto i 40 anni, talora anche sportivi. È stato infatti dimostrato da studi scientifici, che le possibilità di sopravvivenza dopo arresto cardiaco possono raddoppiarsi o triplicarsi se alla vittima viene immediatamente praticato il massaggio cardiaco, anche da personale non sanitario addestrato.

La SC di Cardiologia dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria "Ospedali Riuniti" di Trieste, l'Università degli Studi di Trieste, rappresentata dal rettore Prof. Maurizio Fermeglia e

i giocatori di basket della Pallacanestro Trieste 2004-Acegas, hanno aderito con entusiasmo e motivazione all'iniziativa promossa dalla Fondazione "Per il tuo cuore" - HCF. Le iniziative si sono svolte presso il Polo Cardiologico dell'Ospedale di Cattinara, l'Università degli Studi di Trieste e il Pala Trieste.

Il lancio della campagna di sensibilizzazione è avvenuto al Polo cardiologico e all'Università con la partecipazione delle autorità politiche e sportive locali, alla presenza del Direttore Generale Francesco Cobello e si è concluso al Pala Trieste durante la partita di basket di Legadue fra la Pallacanestro Trieste 2004-Acegas e il Lighthouse Trapani.

Il Coordinamento scientifico dell'iniziativa è stato a cura di Serena Rakar, Laura Massa e Davide Nait del team di Cardiologia di Cattinara.

Intense, commoventi ed efficaci sono state le testimonianze che in occasione dell'incontro in edificio H3 dell'Università, hanno dato alcuni giovani sopravvissuti all'arresto cardiaco, i quali si sono riappropriati della loro vita e hanno ricominciato a viverla con spirito e motivazioni nuove.

In tutte le sedi partner dell'iniziativa, team medico-infermieristici della

Cardiologia hanno dedicato 4 ore al giorno ad informare la popolazione su come prevenire le patologie cardiovascolari attraverso stili di vita ed alimentazione sani ed equilibrati, hanno distribuito opuscoli esplicativi ed hanno insegnato, su manichini dedicati, la tecnica del massaggio cardiaco, eseguibile anche da personale non sanitario.

Oltre 260 persone di Trieste, tra cui parenti di cardiopatici, studenti, docenti universitari e spettatori della partita di basket, anche molto giovani, hanno partecipato ed imparato ad eseguire correttamente il massaggio cardiaco.

Iniziative di questo tipo si ripetono annualmente nella nostra città, promosse dalle società scientifiche e sempre prontamente raccolte dalla cardiologia ospedaliero-universitaria e territoriale, allo scopo di rendere sempre più consapevole la popolazione e gli organi decisionali dell'importanza della prevenzione e trattamento tempestivo di patologie che hanno una rilevante ricaduta in termini socio-sanitari ed economici. Telefonando a un numero dedicato, è stato possibile per i cittadini effettuare una donazione per sostenere la ricerca scientifica e le attività della Fondazione per la prevenzione della morte improvvisa.

OSPEDALE /CADUTE

Le cadute in ospedale, impegno ad aiutare i pazienti

Prevenzione e istruzioni precise dedicate agli ammalati e alle famiglie, permettono di diminuire il rischio



Le cadute rappresentano un problema di grande importanza dal punto di vista assistenziale, psicologico ed economico. Le cadute delle persone anziane ultrasessantacinquenni co-

stituiscono un rilevante problema di sanità pubblica, perché riducono l'autosufficienza e rappresentano una delle principali cause di mortalità e morbilità, anticipando spesso

il ricovero in strutture assistenziali. La frequenza delle cadute aumenta con l'avanzare dell'età, e le donne sono quelle che più frequentemente cadono, riportando una frattura del femore.

L'invecchiamento infatti determina una progressiva riduzione delle principali funzioni dell'organismo e nell'anziano risulta infatti compromessa la capacità di correggere tempestivamente gli squilibri, cioè i repentini e improvvisi cambiamenti di posizione del corpo, i riflessi sono più lenti e la diminuzione del visus, dell'apparato uditivo e muscoloscheletrico rendono meno sicura l'andatura e più precario l'equilibrio. La maggior parte delle cadute è

causata da malattie neurologiche e dell'apparato muscolo scheletrico, nonché dall'uso incongruo o dagli effetti collaterali dei farmaci, specialmente sedativi, diuretici e ipotensivi, farmaci spesso utilizzati dalle persone anziane.

L'effetto congiunto dei fattori legati alla persona e all'ambiente rende l'anziano molto vulnerabile, al punto che piccoli intoppi o banali squilibri possono causare la caduta.

Si stima che circa il 14% delle cadute in ospedale sia classificabile come accidentale, ovvero possa essere determinato da fattori ambientali (ad esempio, scivolamento sul pavimento bagnato), l'8% come imprevedibile, considerate le condizioni fisiche del

paziente (dovuto a improvviso disturbo dell'equilibrio), e il 78% rientri tra le cadute prevedibili per fattori di rischio identificabili della persona (paziente disorientato, con difficoltà nella deambulazione). Da questo si desume l'importanza di individuare i fattori di rischio per tutti i soggetti ricoverati e soprattutto per quelli con età superiore a 65 anni.

L'attività di prevenzione è infatti la principale azione da mettere in atto per eliminare situazioni di rischio legate all'ambiente, ma anche fornire un'educazione sociale e sanitaria modificando le abitudini di vita dei pazienti.

Al fine di individuare i pazienti a maggior rischio di caduta, l'Azienda

Ospedaliero Universitaria valuta al momento del ricovero tutti i possibili fattori di rischio legati alla persona: età, terapia, malattie, grado di autonomia.

Inoltre è stato un prodotto un opuscolo (scaricabile anche dal sito aziendale seguendo il percorso Opuscoli per il paziente/Direzione sanitaria) intitolato "Il Decalogo per non cadere" ed un poster che è appeso nelle stanze di degenza, dove vengono evidenziate le principali azioni di prevenzione personale da osservare.

L'Azienda ha formato il personale sanitario che assiste i pazienti a fornire le corrette informazioni per prevenire le cadute.

OSPEDALE/CUP

Centro unico di prenotazioni: istruzioni per l'uso

Ecco i dettagli per accedere ai servizi, alle visite e su come fare per poter ritirare i referti

Il Centro Unico di Prenotazione, più comunemente conosciuto come CUP, è parte integrante del sistema regionale di prenotazione di visite ed esami specialistici. Oggi il CUP di Trieste si presenta articolato e distribuito capillarmente su tutto il territorio, con sportelli presenti nei Distretti Sanitari, l'Ospedale infantile Burlo Garofolo, l'Ospedale Maggiore e quello di Cattinara; svolgono inoltre attività di prenotazione le farmacie abilitate. Presso gli sportelli CUP dell'Azienda Ospedaliero Universitaria "Ospedali Riuniti" di Trieste è possibile prenotare tutte le prestazioni ambulatoriali offerte sul territorio triestino, pagare il ticket, richiedere la consegna di copie di cartelle cliniche, di referti e di altra documentazione sanitaria.

Per quanto riguarda l'accesso, all'Ospedale Maggiore il Cup fun-

ziona tutto il giorno: dalle 7 alle 13 dal lunedì al venerdì e fino alle 12 il sabato si prenotano le prestazioni e si pagano i servizi, mentre il pomeriggio, dalle 13 alle 19, si ritirano i referti, si prenotano le prestazioni e si pagano i servizi. Il Cup dell'Ospedale di Cattinara funziona invece dal lunedì al venerdì dalle 7.30 alle 13.30 e in questo orario si effettuano tutte le operazioni: ritiro referti, prenotazioni e pagamento. In media, circa 1100 persone al giorno si presentano agli sportelli del Cup; chi non ha la possibilità di recarsi fisicamente nelle strutture, può prenotare le visite in regime ambulatoriale telefonicamente, componendo il numero 848.448.884. Il servizio è attivo da lunedì a venerdì dalle 7.30 alle 18.00 e sabato dalle ore 8.00 alle ore 12.00. È importante ricordare che - indipendentemente dal sistema di

accesso, personalmente allo sportello o via telefono - è necessario avere la richiesta del medico.

Per disdire un appuntamento già prenotato ci si può recare direttamente al CUP o, più facilmente, si può telefonare al call center, tenendo a disposizione il foglio di prenotazione. È importante che il cittadino, che non intende o non può fruire di una prestazione sanitaria precedentemente prenotata lo comunichi al CUP, così da rendere disponibile il posto per un altro utente.

In entrambi gli Ospedali sono inoltre attivi due sportelli dedicati alla libera professione, che permettono la prenotazione e il pagamento delle visite e degli esami specialistici effettuate in libera professione: per accedere a questi servizi, si può prenotare dalle ore 13.00 alle ore 19.00 dal lunedì al venerdì.

