

# SANITÀ PRIVATA



La salute è il bene più prezioso che l'uomo possa avere

# PREVENZIONE

Giocare d'anticipo in salute può fare la differenza

## UNA "FOTOGRAFIA" DELLA SALUTE

Il Check up è un importante strumento per stabilire le condizioni generali di salute in quel preciso momento

**50** Dopo i cinquant'anni sarebbe opportuno eseguire check up più frequenti mirati a fotografare lo stato di salute generale e l'evoluzione di eventuali patologie pregresse

**6** Prestazioni ambulatoriali con visite specialistiche per varie specialità della medicina

**7**

# CHECK UP

## Quando farli, perché farli

Quando si parla di salute è difficile non parlare anche di prevenzione. Accertarsi del proprio stato di salute, conoscere i fattori di rischio e seguire uno stile di vita corretto è determinante per limitare l'insorgenza di problematiche, ma anche per affrontare al meglio eventuali patologie esistenti.

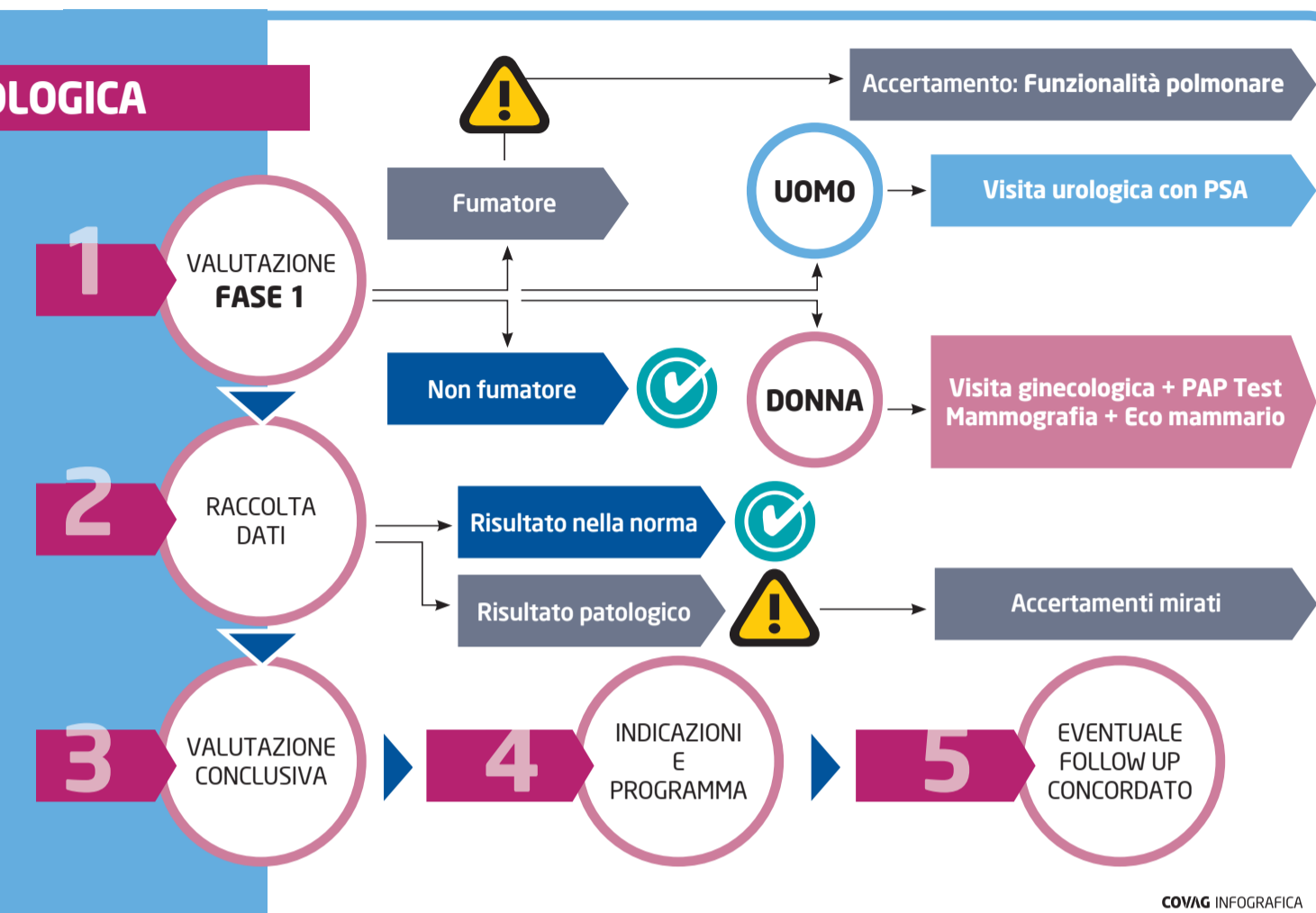


### LA PREVENZIONE ONCOLOGICA

In base al sesso si possono identificare alcuni controlli specifici per prevenire i tumori più frequenti nei due sessi. Vediamo quali sono:

- DONNE**  
Per il sesso femminile è bene inserire nel check up alcuni indici ed esami importanti per verificare la funzionalità degli organi e dell'apparato femminile nelle varie fasi della vita (fertilità e menopausa).  
Visita ginecologica con ecografia transvaginale (1 volta all'anno) e pap test (ogni due anni a partire dai 25 anni) per la prevenzione del tumore all'utero.  
La visita senologica, l'ecografia mammaria e la mammografia (dai 45/50 anni se non familiarità) per prevenire il tumore al seno.  
È opportuno aggiungere a partire dalla menopausa la densitometria ossea (MOC) per accorgersi in tempo dei segni dell'osteoporosi.

- UOMINI**  
Nel sesso maschile è bene a partire dai 50 anni, inserire il monitoraggio del valore del PSA (antigene prostatico-specifico) per la prevenzione del tumore della prostata e visite urologiche di controllo con cadenza annuale o biennale per la prevenzione del tumore ai testicoli. La ricerca del sangue occulto nelle feci per la diagnosi precoce di tumori del colon-retto.



COVAG INFOGRAFICA



### LE STRUTTURE VICENTINE DEL GRUPPO GHC:

**VILLA BERICA**  
Direttore Sanitario:  
**Dr. Domenico Scibetta**  
Via Capparozzo, 10  
Vicenza  
Info e prenotazioni:  
Tel. 0444 219 200  
[www.centromedico.it](http://www.centromedico.it)

**C.M.S.R. VENETO MEDICA**  
Direttore Sanitario:  
**Dr.ssa Milena Calderone**  
Via Vicenza, 204  
Altavilla Vicentina (VI)  
Centralino:  
Tel. 0444 225 111  
Prenotazioni:  
Tel. 0444 341 213  
[www.centromedico.it](http://www.centromedico.it)

**SANIMEDICA**  
Direttore Sanitario:  
**Dr.ssa Milena Calderone**  
Via Vicenza, 204  
Prenotazioni:  
Tel. 0444 341 385  
[www.centromedico.it](http://www.centromedico.it)

### Check up e rischio cardiovascolare

Le statistiche confermano che le patologie cardiovascolari rappresentano ancora l'elemento di rischio più comune e con più alto numero di mortalità. In particolare, secondo i dati Istat 2018, la cardiopatia ischemica è responsabile del 9,9% di tutte le morti (10,8% nei maschi e 9% nelle femmine), mentre gli accidenti cerebrovascolari dell'8,8% (7,3% nei maschi e 10,1% nelle femmine). Indagare quindi i fattori di rischio cardiovascolare e analizzare la situazione in modo periodico può davvero fare la differenza.

### Fattori di rischio cardiovascolare

Le malattie cardiovascolari hanno un'origine multifattoriale, cioè sono condizionate da più fattori alcuni non modificabili (età, sesso, familiarità) altri influenzabili da un adeguato stile di vita (pressione arteriosa, abitudine al fumo di sigaretta, diabete, colesterolemia). Ed è proprio su questi fattori che è puntata l'attenzione.

#### Fattori definiti non modificabili:

- età
- sesso
- familiarità per patologie cardiovascolari

#### Fattori influenzabili da adeguati stili di vita:

- fumo
- ipercolesterolemia
- ipertensione
- diabete mellito
- sovrappeso
- sedentarietà
- consumo smodato di alcolici

© RIPRODUZIONE RISERVATA



## IL CHECK UP NELLE NOSTRE STRUTTURE



### Vizi posturali

Benché non faccia propriamente parte del percorso standard di check up, la valutazione posturale viene spesso effettuata durante la fase di colloquio finale con il medico internista in quanto i disturbi posturali, il classico mal di schiena, rientrano a pieno titolo tra i disturbi più frequenti negli adulti, spesso vincolati a posizioni scorrette a causa del lavoro. La verifica dello stile di vita comprende anche quanta e quale attività motoria consigliare, in base a tutti gli altri indici raccolti, per mantenersi in buona salute e in forma.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

patologie in fase ancora iniziale (diagnosi precoce).

Per usare una metafora, un check up periodico rappresenta una "fotografia" delle condizioni di salute generali in quel dato momento. Nello sfondo della metafora fotografia troviamo l'analisi dello stile di vita e degli eventuali fattori predisponenti e/o di rischio, mentre in primo piano poniamo i risultati degli esami effettuati con il check up e le conclusioni. Questa immagine, nell'insieme, rappresenta un'ottima espressione della "cultura di prevenzione".

L'efficacia del percorso di indagine è legata alla personalizzazione dello stesso per cui, partendo dai fattori di base dell'individuo come l'età e il sesso, si costruisce il check up più adatto in base alla storia clinica e famigliare del paziente, alle sue abitudini e stili di vita.

#### L'ETÀ PER INIZIARE E OGNI QUANTO FARLO

Definire con esattezza quando iniziare a fare check up non è così semplice.

In generale, è possibile però dire che un soggetto giovane e sano e in assenza di patologie pregresse già dai trent'anni, una volta all'anno, sarebbe bene sottoporsi a un check up completo, check up che è fortemente raccomandato superati i 50 anni di età.

Per i pazienti in possesso di una storia clinica più complessa, sarebbe opportuno seguire lo stato di salute attraverso checkup più frequenti e, soprattutto, mirati a fotografare la situazione e definire il quadro evolutivo della patologia precedentemente diagnosticata.

Generalmente, ogni check up include esami generici come il controllo del sangue e delle urine, due accertamenti di base che possono fornire ai medici importanti informa-

zioni sulla funzionalità dei nostri organi, ai quali si possono aggiungere esami strumentali e visite specialistiche di approfondimento in base alle caratteristiche del soggetto.

Un approccio di analisi multidisciplinare, volto perciò ad indagare i principali fattori di rischio come gli aspetti metabolici, cardiovascolari ed eventualmente oncologici. Per patologie già note o sintomi particolari si possono aggiungere poi approfondimenti specifici.

#### GLI ESAMI CONSIDERATI DI ROUTINE

Gli esami del sangue, che consentono di rilevare indici importanti come ad esempio la glicemia, colesterolo, diabete, alterazioni che possono portare ad un rischio ictus o infarto; l'esame delle feci e delle urine, per verificare il corretto funzionamento dell'intestino, del pancreas o delle reni e monitorare così eventuali infezioni; la misurazione della pressione; per non sottovalutare l'ipertensione; la transaminasi, per avere un quadro completo dello stato di salute del fegato; il controllo della tiroide; l'elettrocardiogramma, per tenere sotto controllo il cuore.

Alcuni esami che potrebbero essere utili per la valutazione del rischio cardiovascolare sono anche: l'ecodoppler, che esamina nel dettaglio le arterie carotidi e serve a evidenziare la presenza di aterosclerosi, in particolare consigliato intorno ai 40 alle persone con fattori di rischio per malattia vascolare (ipertensione, fumo, diabete, familiarità, ipercolesterolemia).

Per i fumatori è utile tenere sotto controllo la salute dei polmoni, dell'apparato respiratorio e vascolare: il fumo è infatti la principale causa di molte patologie cardiovascolari e tumorali.

© RIPRODUZIONE RISERVATA