

MANDATE LE VOSTRE DOMANDE:
rsalute@repubblica.it
RSalute, via C. Colombo 90, Roma

A CURA DI ELVIRA NASELLI

Ginecologia

Rischio l'ictus con la pillola?

lettera firmata
e-mail

Un uso prolungato della pillola anticoncezionale può aumentare il rischio di ictus? Ho 46 anni, la uso da 3 per fibromi all'utero e mi provoca forti mal di testa. Sono passata da zoely a klaira e seasonique. La sospendo?

Prof.ssa A. Maria Fulghesu
Resp. Patologia ostetrica
università di Cagliari

Il problema che solleva può essere reale anche se decisamente raro. I problemi trombotici legati all'uso della pillola possono essere su due versanti: il primo venoso, con rischio di trombosi venosa profonda ed embolia polmonare che per una donna della sua età colpisce circa 12 donne su 10.000, cresce con l'età ed è influenzata da familiarità, obesità, fumo, eventuale ipertensione o sindrome metabolica, tipo di estrogeno: il naturale sembra modificare poco il rischio, mentre il sintetico come l'Ethinil-Estradiolo (EE), contenuto nel seasonique, stimola di più sia la sintesi di fattori procoagulativi, sia l'aldosterone, che conduce a ritenzione di liquidi e può causare cefalea ed ipertensione. Anche la dose di EE è correlata all'entità degli effetti: una pillola con 20 gamma è meno impattante di una con 30, il cui vantaggio è la grande possibilità di programmare le mestruazioni, e la scarsità di perdite intermestruali. Il secondo argomento riguarda la possibilità che la pillola aumenti anche la trombosi arteriosa. Il rischio relativo con 30 gamma di EE è di circa 2 volte rispetto a chi non prende pillola, sempre decisamente raro ma raddoppiato. Non so perché è passata da pillole con estrogeno naturale ad una con 30 gamma di EE ma, considerando la sua età, forse propenderei per la scelta precedente che nel tempo, grazie al tipo di progestinici associati, riduce la quantità di flusso mestruale. Potrebbe considerare l'inserzione di IUD medicato con progesterone e privo di estrogeni, utile ai suoi problemi clinici, e che abbatta i rischi di trombotici, o i nuovi preparati a base di progestinici/antiprogestinici, indicati nel trattamento di endometriosi e/o fibromi.

Otorinolaringoiatria

Operato di poliposi nasale perché li ho di nuovo?

lettera firmata
e-mail

Qualche anno fa sono stato operato di poliposi. Ora ho di nuovo lo stesso problema alla narice. Ho provato col brusonex ma, dopo qualche sollievo, tutto è tornato come prima. Che si può fare?

Dott. Luca De Campora
ORL, osp. S. Giovanni Calibita
Isola Tiberina, Roma

La poliposi nasale è una patologia benigna che interessa sia la mucosa delle fosse nasali che i seni paranasali, si manifesta in genere con ostruzione respiratoria nasale mono o bilaterale, perdita o riduzione dell'odorato, rinorea a volte purulenta, talvolta cefalea. Una terapia definitiva non esiste: sia la chirurgia che la farmacologia sono in grado di ridurre o eliminare i sintomi talvolta per mesi, ovvero per anni, ma la recidiva è sempre in agguato. La terapia farmacologica, basata su steroidi per via topica e, se opportuno, sistemica, ottiene in

Il medico risponde

genere nelle fasi iniziali, una buona risposta. Ci sono altri farmaci in grado di affiancare efficacemente gli steroidi. Laddove la terapia farmacologica si riveli inefficace o non più efficace, ci affidiamo ad interventi per via endoscopica nasale, senza tagli esterni, per rimuovere fisicamente le formazioni polipoidi. L'intervento si esegue generalmente in anestesia, con tempi minimi di degenza, talvolta una notte, ma in casi selezionati anche in day-surgery. Consiglio di concordare la terapia più appropriata, farmacologica o chirurgica, con lo specialista.

Urologia

Psa alto e biopsie negative devo far qualcosa?

lettera firmata
e-mail

Ho 65 anni. Dal 2000 controllo il Psa, con valori sempre sopra 4 con punte di 7-8. Ho fatto due biopsie, negative. L'urologo dice che non devo preoccuparmi. Ho stimolo forte ad urinare. Che faccio?

Prof. Aldo Franco De Rose
Urologo e andrologo, osp. univ.
San Martino, Genova

La biopsia negativa con aumento del Psa non esclude con certezza il tumore della prostata. Ci sono però tecniche di immagine che possono svelare lesioni millimetriche. Come la risonanza multiparametrica, che individua piccoli tumori differenziandoli da zone infiammatorie, che possono giustificare l'aumento del Psa. Nel caso in cui venga individuata una zona sospetta o tumorale, dovrà essere eseguita una nuova biopsia mirata, con tecniche di "fusione" tra risonanza multiparametrica ed ecografia transrettale. I disturbi della minzione dipendono invece dall'ingrossamento della prostata e quando la terapia medica risulta poco efficace, bisogna ricorrere a quella chirurgica (Turp-Laser) o alla chirurgia a cielo aperto. Se c'è un dubbio di tumore, prima di intervenire sull'adenoma, è bene fare la risonanza multiparametrica.

Diabete

Vorrei avere un bimbo può essere rischioso?

lettera firmata
e-mail

Ho 35 anni e il diabete di tipo 1 da quando ne avevo 8. Vorrei un bambino. Ci sono rischi?

Dott.ssa Marina Scavini
Resp. ambulatorio Diabete e gravidanza Irccs osp. San Raffaele, Milano

Prepararsi a una gravidanza è indispensabile per le donne con diabete di tipo 1 e 2. Le quali possono avere bimbi sani nati a termine e possono allattare, ma è necessario minimizzare i rischi della gravidanza, maggiori rispetto a quelli delle donne non diabetiche (più rischio di malformazioni congenite, aborti precoci, parto cesareo, pressione alta in gravidanza). Questi rischi si riducono moltissimo se la gravidanza è programmata e la si inizia nelle migliori condizioni. Le glicemie devono essere il più vicino possibile ai livelli normali, con poche ipoglicemie e un'emoglobina glicata di 6,5% o meno. Occorre valutare e stabilizzare eventuali complicanze del diabete in previsione dei cambiamenti in gravidanza (esame del fondo oculare, valutazione di funzione renale e pressione arteriosa) e sostituire i farmaci non consigliati in gravidanza. L'acido folico è da assumere alcuni mesi prima del concepimento. È importante che la donna parli con il proprio diabetologo e ginecologo o con un centro specialistico che offre percorsi di programmazione della gravidanza e poi la segue fino al parto. Le visite durante la gravidanza saranno frequenti, ogni 2 settimane almeno, ma i ricoveri in centri specialistici sono raramente necessari. Ginecologi e diabetologi esperti devono lavorare fianco a fianco e con le mamme per garantire un'esperienza serena.



> CONFINI

FRANCESCO CRO

SUI SOCIAL DOPO CENA? DORMIRAI MENO E PEGGIO

TRASCORRERE troppo tempo connessi rende difficile addormentarsi e rovina la qualità del sonno. Emerge da una ricerca statunitense su più di 1700 adulti tra i 19 e i 32 anni. La psichiatra Jessica Levenson e i colleghi dell'università di Pittsburgh hanno intervistato i partecipanti sull'utilizzo dei social media mezz'ora prima di andare a letto. Risultato: la qualità del sonno di chi controlla molto spesso i social prima di coricarsi è decisamente inferiore a quella di chi lo fa più raramente. Il tempo totale trascorso sui social durante la giornata non sembra correlato alla qualità del sonno, quindi gli ultimi trenta minuti prima di dormire sono di importanza cruciale. È la frequenza delle visualizzazioni, più che la loro durata, ad essere associata con l'insonnia. Il problema è aggravato dal fatto che molti ragazzi usano il cellulare a letto per conciliare il sonno. La modalità di utilizzo è importante: scorrere i profili degli altri utenti può essere più rilassante rispetto a una partecipazione attiva. Poiché le abitudini instauratesi nell'adolescenza si mantengono nel tempo, i ricercatori auspicano un'educazione all'uso dei social media. Le nuove tecnologie, insieme all'aumento della pressione scolastica e occupazionale e all'uso di alcolici e caffeina, contribuiscono a ridurre le ore dedicate al sonno: metà degli adulti e due terzi dei ragazzi intervistati dicono di svegliarsi stanchi al mattino.

Psichiatra, Dipartimento di Salute Mentale, Viterbo

CRIPRODUZIONE RISERVATA

> IL LIBRO

ELVIRA NASELLI

STORIA DI UN FARMACO E DI CHI NON PUÒ FARNE A MENO

NON È un libro contro le aziende farmaceutiche, che vendono medicine per fare ovviamente degli utili. È però un libro che vuole far riflettere tutti i cittadini che grazie ad un farmaco - ritengono di poter risolvere i loro problemi. Anche quando quei loro problemi di salute potrebbero più facilmente essere risolti modificando il proprio stile di vita e senza ricorrere a medicine. *Pillole* (Guido Giustetto e Sara Strippoli, Add editore, 16 euro) è una riflessione sul patto etico che dovrebbe legare industria del farmaco e società. E che qualche volta si è interrotto. E racconta vizi ed errori, tattiche promozionali, regali ai medici e marketing aggressivo. O medici illustri reclutati per magnificare le doti di un farmaco. Ma - ben più grave - anche effetti collaterali tenuti nascosti, come il caso del Vioxx. Ma non solo. Se è vero che il sogno di ogni industria farmaceutica è di curare i sani, come dichiarò a *Fortune* nel 1976 l'allora direttore di Merck, Henry Gadsen, in certi casi le malattie sono state addirittura inventate. Tante storie, nel libro scritto a quattro mani da un medico e da un giornalista che segue la medicina, che disegnano errori del passato e contenziosi del presente. Concludendo che anche il disclosure code di cui si sono dotate le aziende, che impone di pubblicare sul loro sito internet i compensi devoluti ai medici, è sì un importante passo avanti verso la trasparenza. Ma non può essere l'ultimo.

CRIPRODUZIONE RISERVATA

> LA CAMPAGNA

MATTEO GULLI

UN MOVIMENTO PER PORTARE GLI UOMINI DAL DOTTORE

CAMBIARE la faccia della salute degli uomini: ci prova Movember, che da anni richiama, sempre a novembre, l'attenzione alla cura della salute maschile e alle malattie specifiche dell'uomo. La Movember Foundation, nata in Australia nel 2003 e arrivata in Italia nel 2012, coinvolge oggi più di 20 Paesi per un totale di 5 milioni di persone, che sono invitate a farsi crescere i baffi (Mo sta per moustache, baffi appunto) a simbolo di una ritrovata cura per la salute del genere maschile. Aderiscono all'iniziativa centri di ricerca, aziende, società. Commenta Ottavio De Cobelli, direttore del programma di Urologia dello Ieo di Milano: «Gli uomini hanno scarsa cultura della prevenzione, quando si trovano di fronte a una possibile diagnosi sono terrorizzati e si informano molto meno attivamente delle donne. Ad esempio l'incontinenza e l'impotenza sono spesso ancora argomenti tabù». I fondi raccolti dalla Movember Foundation servono per finanziare studi di base e clinici sui principali disturbi: tumore alla prostata, al testicolo, salute mentale, suicidio. Molte le aziende che sostengono la causa, tra queste L'Oréal Paris. Ma tutti possono fare la loro parte: basta farsi crescere dei baffi e postare la foto sui social con l'hashtag #movember.

CRIPRODUZIONE RISERVATA

Colesterolo ALTO?

Combattilo con:

COLESTEROL[®]
ACT PLUS 400 mg
INTEGRATORE ALIMENTARE



Colesterol Act Plus[®] 400, grazie alla sua formula con 10mg di Monacolina K del riso rosso fermentato, Betasitosterolo e Octacosanolo, contribuisce al mantenimento dei livelli normali di colesterolo nel sangue. Gli estratti di Coleus e Caigua, favoriscono la regolarità della pressione arteriosa.

COLESTEROL ACT PLUS[®] LA QUALITÀ AL GIUSTO PREZZO
In Farmacia e Parafarmacia

distribuito da: F&F s.r.l. - tel. 031 525522 - mail: info@linea-act.it - www.linea-act.it