

Fax
Perugia 075 5730282
Terni 0744 404126
Foligno-Spoleto 0742 355841

La voce dell'Umbria

e-mail
perugia@ilmessaggero.it
terni@ilmessaggero.it
foligno@ilmessaggero.it
spoleto@ilmessaggero.it

MALI DI STAGIONE

di MARIA RITA CHIACCHIERA

Le predisposizioni alle varici può essere rivelata anche dalla facilità all'ecchimosi. E' noto, infatti, che le varici, fin dalle loro più sottili espressioni, i cosiddetti capillari, sono conseguenti a "cattiva stoffa venosa", cioè hanno pareti deboli, sottili, fragili. Un minimo urto, - e ben lo sanno commesse e dattilografe, contro spigoli inopportuni, può determinare dei lividi più o meno estesi che passano per lunghe giornate attraverso il verde e il giallo prima di svanire nel nulla. Le vene decorrono, quasi sempre in prossimità delle arterie, ma i due sistemi sono completamente separati, così come sono completamente diverse le malattie che interessano il distretto arterioso, da quelle che interessano il distretto venoso. «Grande



cura ed attenzione, - spiega Gianluigi Rosi, medico, angiologo e specialista in endocrinologia, - dobbiamo sempre riser-
vare ai nostri piedi ed alle nostre gambe. E questo, non soltanto da parte delle donne, ma anche da parte degli uomini, che sebbene in percentuale inferiore, possono essere vittime di questa patologia. Il piede, durante la marcia, determina la

L'estate mette a dura prova le gambe

contrazione delle masse muscolari della gamba, che realizzano il ritorno venoso al cuore. Qualunque disturbo del piede, rende inefficiente questa pompa venosa muscolare periferica, e nel tempo, può favorire la comparsa di danni diretti sul sistema venoso».

Con il caldo, quali possono essere i problemi delle gambe?
«L'arrivo del caldo porta ad un incremento della temperatura e quindi a una dilatazione delle vene, ed in particolar modo a quelle delle gambe, anche a quelle più superficiali, e conseguentemente la dilatazione di qualche millimetro evoca una

sintomatologia dolorosa caratterizzata da pesantezza, bruciore, prurito e altri fastidi».

Questi sintomi, a quale patologia possono essere spia?

«Solitamente questi sintomi possono essere evocatori di un quadro di iniziale insufficienza venosa. Molto dipende anche dall'attività svolta dal paziente, ad esempio: le attività sedentarie stimolano e aggravano maggiormente questi quadri che solitamente nascondono una insufficienza venosa agli arti inferiori, e più gravi sono i sintomi, maggiormente sarà il danno delle vene. A volte, i primi stadi sono caratte-

rizzati dalle caviglie gonfie, quadro molto frequente che è scatenato dalla ritenzione di liquidi, ed un conseguente ritardo drenaggio linfatico».

C'è da tenere presente che il dolore alle gambe, non è sempre dovuto alle vene, perché esistono altre patologie, come ad esempio la cellulite che può dare delle ritenzioni di liquidi importanti e quindi edema e dolore. Come anche patologie della colonna vertebrale.

Quali sono gli esami strumentali da eseguire in questi casi?
«Una visita angiologica associata ad un esame Eco-color-doppler, che consente di conoscere esattamente lo stato

vascolare degli arti inferiori di un individuo. Quindi a questo punto, sarà possibile definire una strategia terapeutica per ridurre o far scomparire i sintomi».

Quali consigli dare, per la terapia e la prevenzione?

«Se si è in presenza di una insufficienza venosa anche se parziale delle vene delle gambe, la prima terapia da attuare sono l'uso di calze elastiche. Questa terapia è efficace al 70% dei casi. Ci sono anche dei farmaci per aiutare le nostre vene che vengono definiti flebotonici. Importante ruolo delle terapie fisiche è il linfodrenaggio e la pressoterapia. Per i

capillari c'è una terapia più invasiva: la scleroterapia e teleangectasia, si tratta di punture nelle vene per far scomparire gli inestetismi; oppure, in presenza di vene varicose, insieme alle terapie chirurgiche di stripping o flebotomie (asportazione della vena), si applicano delle innovative terapie di scleromousse eco-guidate, che consentono di trattare le vene varicose anche senza intervento chirurgico, e quindi ambulatoriamente. Per la prevenzione: non rimandare mai una visita specialistica, fare attività fisica costante, anche solo camminare, e regole nutrizionali che non portano al sovrappeso».