



L'ictus cerebrale può colpire tutti, in qualsiasi momento.

In Svizzera, l'ictus cerebrale è la prima causa di invalidità acquisita e la terza causa di decesso: ogni 30 minuti una persona ne viene colpita (in Ticino più di 800 persone all'anno). Molti danni e sofferenze possono essere evitati reagendo in modo tempestivo e corretto.

L'ictus può essere curato.

L'ictus è una malattia complessa e pericolosa che necessita di cure specialistiche. Riconoscere precocemente i sintomi di un ictus, intervenire di conseguenza con invio rapido per cure specializzate in un ospedale dotato di Stroke Center, riduce notevolmente i rischi di handicap e aumenta le possibilità di sopravvivenza.

Intervenire correttamente fa la differenza.

Il destino di un paziente con ictus cerebrale può essere sensibilmente migliorato attraverso le seguenti misure decisive:

- ▶ **Riconoscere** correttamente i sintomi di un ictus
- ▶ **Intervenire** in modo tempestivo chiamando i servizi di soccorso (144)
- ▶ **Ricoverare** il paziente in un'unità dedicata a pazienti colpiti da ictus cerebrale (**Stroke Center**) dotata di un team specializzato
- ▶ **Fornire** terapie specifiche dell'ictus acuto, nei casi appropriati. Prima si interviene con una terapia e maggiore è l'effetto!
- ▶ **Offrire** una neuroriabilitazione precoce

Il Rotary Club e lo Stroke Center del Neurocentro della Svizzera Italiana, in collaborazione con la Fondazione Svizzera di Cardiologia si fanno promotori di una campagna pubblica di informazione. Lo scopo principale è quello di sensibilizzare i cittadini ad un corretto riconoscimento dei sintomi dell'ICTUS e ad agire in modo efficace e tempestivo.

Campagna di sensibilizzazione promossa da:



Con il Patrocinio di:



Si ringrazia per la collaborazione:

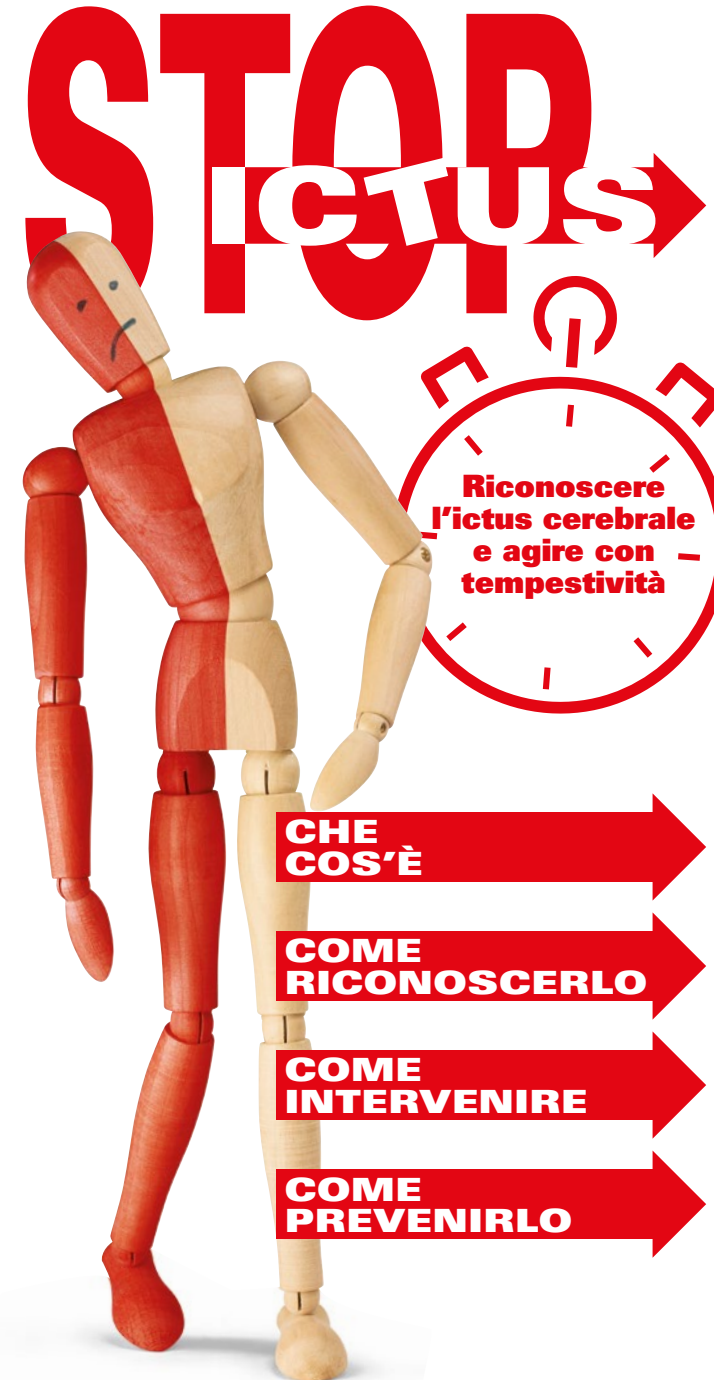
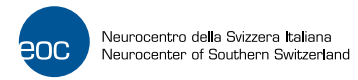
ASSTM Associazione Sezioni Samaritane Ticino e Moesano
ATTE - Associazione Ticinese Terza Età - www.atte.ch
Bayer Svizzera SA
Clinica Hildebrand Centro di riabilitazione Brissago
Comitato StraLugano - www.stralugano.ch
Diabeteticino - Consulenza e prevenzione - www.diabeteticino.ch
EVENTMORE
FCTSA e Servizi Ambulanza Canton Ticino e Moesano - www.fctsa.ch
Fondazione Cecilia Augusta
MIGROS Ticino e Settimanale Azione
Ordine dei Farmacisti del Cantone Ticino – OFCT
Rega - www.rega.ch
Siemens Healthineers
Società Svizzera Cerebrovascolare (SHG-SCS-SSS)
SWICA Organizzazione sanitaria – www.swica.ch

Contenuto elaborato in collaborazione con la Fondazione Svizzera di Cardiologia nell'ambito della campagna contro l'ictus cerebrale 2016/17 alla quale hanno aderito anche la Società Cerebrovascolare Svizzera, gli Stroke Center e le Stroke Unit oltre che l'Interassociazione di salvataggio.



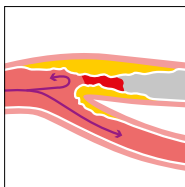
www.ictuscerebrale.ch

**Stroke Center
Ospedale Civico, Lugano
Neurocentro della Svizzera Italiana**
Via Tesserete 46, 6903 Lugano
neurocentro@eoc.ch - www.eoc.ch

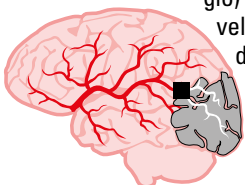


CHE COS'È L'ICTUS

Improvviso e pericoloso



Un coagulo di sangue ostruisce un'arteria



L'afflusso del sangue si interrompe e le funzioni comandate dalla sezione cerebrale colpita smettono di funzionare

L'ictus cerebrale è causato da un disturbo della circolazione sanguigna nel cervello. Nella maggior parte dei casi si tratta di un coagulo di sangue (trombo) che occlude un vaso sanguigno cerebrale. L'area del cervello interessata non riceve più il quantitativo sufficiente di ossigeno e sostanze nutritive, di conseguenza importanti funzioni corporee (movimento, vista, linguaggio) smettono di funzionare. Quanto più velocemente viene ripristinato l'apporto di sangue, tanto meno cellule nervose vengono danneggiate o muoiono. Nel trattamento acuto si cerca di sciogliere il coagulo di sangue o attraverso farmaci oppure rimuovendolo dal vaso mediante un catetere. Se questa operazione viene svolta in tempo, è possibile salvare il paziente dalla morte o da disabilità permanente. È quindi importante che le persone colpite da ictus vengano portate tempestivamente in un ospedale dotato di Stroke Center, affinché possano essere prese a carico da un team specializzato.

COME RICONOSCERLO

Riconosci i sintomi e agisci tempestivamente



Perdita di forza o sensibilità

ad un braccio, ad una gamba, a un lato del corpo, alla faccia, anche con deviazione della bocca



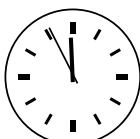
Anomalie del linguaggio

difficoltà a capire e ad esprimersi



Disturbi della vista

cecità improvvisa (spesso ad un solo occhio) o visione doppia



Mal di testa violento

improvviso e diverso dal solito

Il tempo è cervello

ogni minuto è prezioso. È pertanto fondamentale riconoscere i sintomi più importanti e reagire tempestivamente!

Fonte icone: Fondazione Svizzera di Cardiologia

COME PREVENIRLO

Alcune semplici regole per ridurre il rischio di ictus

▶ Smetti di fumare

Il fumo aumenta di 4 volte il rischio di ictus. Se fumi e hai la pressione alta il tuo rischio di ictus aumenta di 18 volte!

▶ Svolgi regolarmente attività fisica

È sufficiente svolgere un'attività fisica costante per due ore e mezza alla settimana, o meglio ancora 30 minuti al giorno.

▶ Segui una dieta sana e riduci l'assunzione di sale

Ridurre grassi e sale nella dieta aiuta a mantenere nella norma i valori di pressione arteriosa e di colesterolo. Consuma molta frutta e verdura.

▶ Controlla il tuo peso

Essere in sovrappeso favorisce lo sviluppo di ipercolesterolemia, ipertensione arteriosa e diabete, tutti fattori che aumentano il rischio di ictus.

▶ Limita la quantità di alcolici

Studi scientifici hanno dimostrato che bere circa mezzo bicchiere di vino a pasto può ridurre il rischio di ictus ma se ne bevi di più il rischio invece aumenta di 3 o 5 volte!

▶ Evita lo stress prolungato

Concediti alcuni momenti di relax durante la giornata.

▶ Controlla regolarmente la tua pressione arteriosa

La pressione alta è uno dei principali fattori di rischio dell'ictus. Controlla la tua pressione almeno 1 volta all'anno.

▶ Controlla la glicemia

La glicemia andrebbe misurata almeno 1 volta all'anno in caso di sospetto diabete e/o familiarità.

▶ Controlla il valore del tuo colesterolo nel sangue

Controlla almeno ogni 5 anni i valori di colesterolo nel sangue.

▶ Controlla le tue pulsazioni per riconoscere la fibrillazione atriale

La fibrillazione atriale è una forma di battito irregolare del ritmo cardiaco. Chi ha questo disturbo ha un rischio 5 volte maggiore di avere un ictus!

800

gli ictus cerebrali all'anno in Ticino

Tra i colpiti da ictus cerebrale:



Il 40% si riprende completamente



Il 35% ha un handicap funzionale



Il 25% muore

Ricorda: la tempestività delle cure può cambiare drasticamente in meglio queste percentuali!



COME INTERVENIRE

Chiama subito il 144

In Ticino l'ospedale specializzato nella cura dell'ictus è l'Ospedale Regionale di Lugano, Civico. È di fondamentale importanza che le persone colpite da ictus cerebrale vengano soccorse e trasportate tempestivamente in un ospedale specializzato.

