



Rassegna Stampa
Preliminare

**CALDO ESTREMO E
RISCHIO ICTUS
CEREBRALE.
I CONSIGLI DI ISA-AII
E A.L.I.Ce. ITALIA
ODV**

Intermedia s.r.l.
per la comunicazione
integrata

Via Lunga 16 A
25124 Brescia

Via Sant' Alessandro Sauli 24
20127 Milano

Via Monte delle Gioie 1
00199 Roma

24 luglio 2024



Lettori 1.125.335

24-07-2024

Ictus cerebrale, il caldo estremo aumenta il rischio

Gli esperti, "attenti a disidratazione, evitare sbalzi termici"

Il caldo estremo potrebbe aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto. Tra i soggetti più a rischio, oltre agli anziani, anche chi assume alcuni medicinali contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o convive con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione. E' quanto emerge da uno studio condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82mila pazienti. Secondo la ricerca, le probabilità di ictus salgono immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restano alte per almeno una decina di ore. A correre il rischio soprattutto gli uomini. Tuttavia, "i meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti - precisa Danilo Toni, Past President ISA-AII, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) -. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Elementi associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico".

L'ictus cerebrale, colpisce ogni anno quasi 100mila italiani, di questi circa il 20% dei casi sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave, il 20-30% delle persone colpite muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. Il rischio aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, tra questi "la disidratazione, conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna". Tra le raccomandazioni degli esperti ISA-AII (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale, per prevenire un ictus da colpo di calore, oltre a non uscire nelle ore più calde e bere molta acqua, anche regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna. E poi, ripararsi dal sole, vestirsi leggeri, rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici.

Lettori 330.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai, il pericolo sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata. I consigli di Isa-Aii e Alice



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. **A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti** come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi.

"I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti - afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice - Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico".

Cosa si può fare per prevenire un ictus da colpo di calore?

Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice:

1. Non uscire nelle ore più calde;
2. Bere molta acqua;
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta;
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna;
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare;
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali;
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici;
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole;
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci;
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili.

Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 295.649

24-07-2024

CALDO ESTREMO AUMENTA RISCHIO DI ICTUS CEREBRALE

L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere devastanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, **il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto**, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

"I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara il **Prof. Danilo Toni**, Past President ISA-AII, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tenico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico".

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta – come detto – sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la **convivenza con alcune condizioni** come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore?

Ecco il decalogo di **ISA-AII (Associazione Italiana Ictus)** e **A.L.I.Ce. Italia Odv**, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale:

1. **Non uscire nelle ore più calde**
2. **Bere molta acqua**
3. **Fare pasti leggeri e consumare molta frutta**
4. **Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna**
5. **Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare**

6. **Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali**
7. **Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici**
8. **Non sostare nelle auto parcheggiate al sole**
9. **Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci**
10. **Prediligere per le vacanze località con climi miti**

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 12.239

24-07-2024

SALUTE. CALDO ESTREMO E RISCHIO ICTUS CEREBRALE, I CONSIGLI

DA ISA-AII E ALICE ITALIA ODV (DIRE) Roma, 24 lug. - L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere devastanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Così in una nota. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti- dichiara il Prof. Danilo Toni, Past President ISA-AII, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale)- Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta - come detto - sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore? Ecco il decalogo di ISA-AII (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale: - Non uscire nelle ore più calde - Bere molta acqua - Fare pasti leggeri e consumare molta frutta - Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna - Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare - Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali - Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici - Non sostare nelle auto parcheggiate al sole - Consultare il medico per ogni disturbo e

non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci - Prediligere per le vacanze località con climi miti L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 3.600.000

24-07-2024

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare

la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 65.000

24-07-2024

Scienza e Farmaci

Ictus cerebrale. Caldo estremo possibile fattore di rischio



Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione, che comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua

viscosità. Dall'Associazione Italiana Ictus e da Alice Italia Odv arrivano i consigli su come difendersi [Leggi...](#)

... ..

Lettori 65.000

24-07-2024

Ictus cerebrale. Caldo estremo possibile fattore di rischio

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione, che comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità. Dall'Associazione Italiana Ictus e da Alice Italia Odv arrivano i consigli su come difendersi



Caldo estremo come fattore di rischio? Sembra proprio di sì. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82mila pazienti, il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara il Prof. **Daniilo Toni**, Past President ISA-All Associazione Italiana Ictus e Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tenico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta, come detto, sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore?

Da ISA-All (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale arrivano dieci consigli.

1. Non uscire nelle ore più calde
2. Bere molta acqua
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti

Lettori 72.000

24-07-2024

CALDO ESTREMO E RISCHIO ICTUS CEREBRALE



L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere devastanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, **il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto**, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara il **Prof. Danilo Toni**, Past President ISA-All, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta – come detto – sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la **convivenza con alcune condizioni** come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore?

Ecco il decalogo di **ISA-AII (Associazione Italiana Ictus)** e **A.L.I.Ce. Italia Odv**, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale:

1. **Non uscire nelle ore più calde**
2. **Bere molta acqua**
3. **Fare pasti leggeri e consumare molta frutta**
4. **Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna**
5. **Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare**
6. **Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali**
7. **Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici**
8. **Non sostare nelle auto parcheggiate al sole**
9. **Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci**
10. **Prediligere per le vacanze località con climi miti**

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 1.074.334

24-07-2024

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 47.347

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori

che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 44.000

24-07-2024

Caldo estremo e rischio ictus cerebrale. I consigli di ISA-AII e A.L.I.Ce. ITALIA ODV



24 luglio 2024 – L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere devastanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, **il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto**, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara il **Prof. Danilo Toni**, Past President ISA-AII, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne

colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta – come detto – sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la **convivenza con alcune condizioni** come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore?

Ecco il decalogo di **ISA-AII (Associazione Italiana Ictus)** e **A.L.I.Ce. Italia Odv**, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale:

1. **Non uscire nelle ore più calde**
2. **Bere molta acqua**
3. **Fare pasti leggeri e consumare molta frutta**
4. **Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna**
5. **Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare**
6. **Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali**
7. **Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici**
8. **Non sostare nelle auto parcheggiate al sole**
9. **Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci**
10. **Prediligere per le vacanze località con climi miti**

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

[Scarica il decalogo anti-caldo](#)

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare

la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 35.000

24-07-2024

Il caldo aumenta il rischio ictus, il decalogo per prevenirlo

Cosa si può fare per prevenire un ictus da colpo di calore? Ecco il decalogo



L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere importanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, **il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto**, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

*“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara il **Prof. Danilo Toni**, Past President ISA-AII, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.*

Il **rischio ictus** aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne

colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta – come detto – sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la **convivenza con alcune condizioni** come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, [diabete](#) e ipertensione.

Cosa si può fare per prevenire un ictus da colpo di calore?

Ecco il decalogo di **ISA-AII (Associazione Italiana Ictus)** e **A.L.I.Ce. Italia Odv**, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale:

1. **Non uscire nelle ore più calde**
2. **Bere molta acqua**
3. **Fare pasti leggeri e consumare molta frutta**
4. **Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna**
5. **Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare**
6. **Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali**
7. **Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici**
8. **Non sostare nelle auto parcheggiate al sole**
9. **Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci**
10. **Prediligere per le vacanze località con climi miti**

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 24.422

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare

la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 778.528

24-07-2024

Quando il caldo aumenta le possibilità di ictus e chi è a maggior rischio: lo studio

Uno studio su oltre 82mila pazienti svela meccanismi e connessioni



Le conseguenze di questa torrida estate possono essere devastanti. Uno studio condotto su oltre 82.000 pazienti dall'Università Fudan di Shanghai attesta che temperature elevate come quelle che si stanno registrando nelle ultime settimane nella nostra città aumentano il rischio di ictus ischemico acuto che in Italia costituisce la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie.

L'ictus, nel nostro Paese, infatti, è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi e di disabilità nella metà di coloro che riescono a sopravvivere. Delle 100mila persone colpite ogni anno, in particolare, il 20-30% muore entro un mese e il 40-50% entro un anno.

Quando aumenta il rischio

Lo studio, che è stato ripreso e rilanciato dalle Associazioni italiane per la lotta all'ictus Isa-Aii e Alice Italia, evidenzia come le probabilità di subire un ictus aumentano nelle ore più torride della giornata, per mantenersi assai elevate per le 10 ore seguenti, dunque da mezzogiorno circa fino ad oltre le 2 di notte.

Chi è a maggior rischio

La ricerca dice che il rischio è più alto per gli uomini e per chi ha uno o più ulteriori fattori di rischio:

- età;
- ipertensione;
- obesità;
- diabete;
- tabagismo;
- ipercolesterolemia;
- patologie cardiache o polmonari croniche;
- assunzione di medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti.

Perché il rischio di ictus aumenta con il caldo

Anche se non sono ancora del tutto chiari i meccanismi della correlazione tra temperatura esterna e ictus, gli esperti reputano che il caldo potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno che associato alla disidratazione determinata dalla sudorazione determinerebbe l'aumento della concentrazione e viscosità del sangue, associabili alla formazione di trombi, da cui lo stroke.

Decalogo salva-vita

Il decalogo delle associazioni per la lotta all'ictus cerebrale è semplice e facile da seguire, se ci si vuole salvare la vita:

1. Non uscire nelle ore più calde
2. Bere molta acqua
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti

Lettori 142.185

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti - afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice - Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare

la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 29.000

24-07-2024

Come prevenire un ictus da colpo di calore



L'estate 2024 si sta rivelando torrida: le previsioni meteorologiche indicano un aumento significativo delle temperature e le conseguenze possono essere devastanti, non solo per il nostro Pianeta ma anche in termini di salute pubblica. Secondo uno studio recentemente pubblicato condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte.

Lo studio ha fatto emergere come le probabilità di ictus salgano immediatamente con il caldo estremo (quindi soprattutto nelle ore centrali della giornata) e restino alte per almeno una decina di ore. In particolare, il rischio è risultato maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara il prof. Danilo Toni, Past President ISA-All, Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi

elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Il rischio ictus aumenta con il passare degli anni ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo, alzando le probabilità di esserne colpiti, tra questi appunto la disidratazione (conseguenza della sudorazione, il meccanismo cioè che il nostro corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna), che comporta – come detto – sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Cosa si può fare, quindi, per prevenire un ictus da colpo di calore? Ecco il decalogo di ISA-All (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale:

1. Non uscire nelle ore più calde.
2. Bere molta acqua.
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta.
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna.
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare.
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali.
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici.
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole.
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave.

Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e

sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 190.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta

la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 83.000

24-07-2024

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare

la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 5.765

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il

miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 4.556

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il

medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.



Salute

Edizione online

<https://www.salute.eu>

Lettori 143.333

24-07-2024

Il caldo aumenta il rischio di ictus: consigli per prevenirlo



Le regole per cercare di evitare un evento cerebrovascolare da colpo di calore

Le ondate di caldo fanno aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte. A indagare su questa correlazione sono stati diversi studi condotti prevalentemente in Asia, ma con la crisi climatica e il manifestarsi di ondate di caldo improvvise e torride anche nel sud Europa, anche da noi è importante cercare di prevenire i casi di ictus legati ai colpi di calore. I dati ci dicono che il rischio aumenta nelle ore centrali della giornata e resta alto per almeno una decina di ore, ed è maggiore per gli uomini e per le persone con altri fattori di rischio evidenti, come colesterolo, trigliceridi, ipertensione o fibrillazione atriale.

Meccanismi biologici non ancora evidenti

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – dichiara Danilo Toni, Past President dell'Associazione Italiana Ictus (Isa-Aii), Direttore Unità Trattamento Neurovascolare Policlinico Umberto I di Roma e Presidente del Comitato Tecnico-Scientifico di A.L.I.Ce. Italia Odv (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale) –. Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Attenzione particolare agli anziani

Sono gli anziani le persone più a rischio di ictus: tra le altre cose, con l'invecchiamento si altera il senso della sete, che diminuisce. Un problema soprattutto se le temperature si

alzano: aumenta la sudorazione, il meccanismo che il corpo attiva per cercare di abbassare la propria temperatura interna, e se non si beve adeguatamente questo comporta sia la riduzione del volume di sangue in circolo, sia l'aumento della sua viscosità.

Gli anziani spesso seguono anche terapie per malattie croniche. Tra i fattori di rischio, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, vanno annoverati anche l'assunzione di alcuni medicinali come quelli contro l'ipertensione, i diuretici o i beta-bloccanti o la convivenza con alcune condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

I consigli

L'Associazione Italiana Ictus e A.L.I.Ce. Italia Odv raccomandano quindi di uscire di casa solo nelle ore più fresche, e quando si esce di coprirsi sempre con cappelli e crema solare, di vestirsi leggeri con abiti di tessuti naturali. Necessario anche bere molta acqua, fare pasti leggeri e consumare molta frutta. In casa è bene arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna, può essere utile anche rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici. Infine, ricordarsi di non lasciare la macchina parcheggiata al sole se la si deve prendere durante il giorno e scegliere per quanto possibile località dal clima mite per trascorrere le vacanze. Non va poi dimenticato di consultare il medico per ogni disturbo e di non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci.

I numeri dell'ictus

L'ictus cerebrale, nel nostro Paese, rappresenta la terza causa di morte, dopo le malattie cardiovascolari e le neoplasie ed è responsabile di circa il 10% di tutti i decessi. Quasi 100.000 italiani ne vengono colpiti ogni anno, di questi circa il 20% sono recidive e la metà dei superstiti rimane con problemi di disabilità anche grave. Altissima la mortalità: il 20-30% delle persone colpite da ictus muore entro un mese e il 40-50% entro un anno. In Italia, le persone che hanno avuto un ictus e sono sopravvissute, con esiti più o meno invalidanti, sono oggi circa 1 milione, ma il fenomeno è in crescita sia perché si registra un invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie attualmente disponibili.

Lettori 27.600

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 5.813

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni

disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 4.500

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto

parcheeggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 41.713

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



(Adnkronos) –

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi.

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice:

1. Non uscire nelle ore più calde;
2. Bere molta acqua;
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta;
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna;
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare;
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali;
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici;
8. Non sostare nelle auto

parcheeggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili.

Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 4.340

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di

difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 746

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 79.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori,

sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 62.672

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già

sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 3.840

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il

decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 840

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 33.800

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

(Adnkronos) – Il caldo estremo aumenta il rischio di **ictus**, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di **Shanghai** su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore.

Lettori 27.400

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento

delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 3.930

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



(Adnkronos) – Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi.

“I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico”.

Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice:

1. Non uscire nelle ore più calde;
2. Bere molta acqua;
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta;
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna;
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare;
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali;
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici;
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole;
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci;
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila

persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili.

Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 36.898

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle

auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 10.832

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

 25 Luglio 2024  1 min

(Adnkronos) - Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai, il pericolo sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata. I consigli di Isa-Aii e Alice

Lettori 3.167

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. **A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti** come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi.

"I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti - afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice - Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico".

Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla

temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili.

Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 69.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare

pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 1.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 796

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese

dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.809

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per

l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 12.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con

bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 680

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice:

1. Non uscire nelle ore più calde;
2. Bere molta acqua;
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta;
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna;
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare;
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali;
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici;
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole;
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci;
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il

miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 16.736

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria

condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.942

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 5.786

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di

conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 39.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono

circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 24.070

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di

difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 21.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi

termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 28.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di

ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 22.989

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.



Lettori 502

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di

concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.200

25-07-2024



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 646

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già

sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 3.325

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 13.447

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone

(il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 4.576

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze

località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 77.131

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il

miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice:

- 1. Non uscire nelle ore più calde;**
- 2. Bere molta acqua;**
- 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta;**
- 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna;**
- 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare;**
- 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali;**
- 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici;**
- 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole;**
- 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non**

modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.843

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti

naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 15.672

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di

ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 34.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

ID Articolo: 34050883  DAL WEB  giovedì 25 luglio 2024  Ilfattonisseno.it  1291

 FACEBOOK

 TWITTER

CREA PDF DELLA PAGINA

(Adnkronos) – Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, [...] L'articolo Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi proviene da il Fatto Nisseno - Caltanissetta notizie, cronaca, attualità.

Testi ed immagini Copyright Ilfattonisseno.it

Lettori 5.842

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il

sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 26.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni

disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.298

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice:

1. Non uscire nelle ore più calde;
2. Bere molta acqua;
3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta;
4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna;
5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare;
6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali;
7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici;
8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole;
9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci;
10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 34.480

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori,

sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 5.730

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i

beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 21.980

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che

indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.347

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Lettori 5.368

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della

sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 374.690

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti - afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice - Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro

un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 22.216

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8

gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 5.200

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o

meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 2.843

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia

inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 436

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association- Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con

cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 7.463

25-07-2023

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori

che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 255

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con

climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 81.000

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti. L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus,

con esiti più o meno invalidanti, sono circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 22.534

25-07-2024

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, e resta alto per almeno una decina di ore. A rischiare di più sono gli uomini e le persone con altri fattori di rischio evidenti come colesterolo o trigliceridi alti, ipertensione, fibrillazione atriale. A segnalare e commentare la ricerca cinese, pubblicata di recente, sono Isa-Aii (Italian Stroke Association-Associazione italiana ictus) e Alice Italia Odv (Associazione per la lotta all'ictus cerebrale). Gli esperti spiegano cosa fare per proteggersi. "I meccanismi biologici alla base dell'associazione tra temperatura elevata e insorgenza di ictus non sono ancora completamente evidenti – afferma Danilo Toni, past president Isa-Aii, direttore dell'Unità Trattamento neurovascolare del Policlinico Umberto I di Roma e presidente del Comitato tecnico-scientifico di Alice – Il calore, infatti, potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue. Questi elementi possono essere associati alla formazione di trombi e, quindi, all'aumento del rischio di ictus ischemico". Ecco il decalogo di Isa-Aii e Alice: 1. Non uscire nelle ore più calde; 2. Bere molta acqua; 3. Fare pasti leggeri e consumare molta frutta; 4. Arieggiare l'ambiente e regolare l'aria condizionata in modo che la temperatura interna non sia inferiore di oltre 8 gradi alla temperatura esterna; 5. Ripararsi dal sole con cappelli e crema solare; 6. Vestirsi leggeri e con abiti in tessuti naturali; 7. Rinfrescarsi con bagni tiepidi per evitare eccessivi sbalzi termici; 8. Non sostare nelle auto parcheggiate al sole; 9. Consultare il medico per ogni disturbo e non modificare autonomamente l'assunzione di farmaci; 10. Prediligere per le vacanze località con climi miti.

L'ictus cerebrale è la terza causa di morte in Italia, dopo le malattie cardiovascolari e i tumori, sottolineano gli esperti di Isa-Aii e Alice. Ogni anno nel nostro Paese colpisce 100mila persone (il 20% sono recidive di ictus in pazienti che l'hanno già sperimentato), con una mortalità altissima: il 20-30% muore entro un mese dall'evento e il 40-50% entro un anno. Gli italiani reduci da un ictus, con esiti più o meno invalidanti, sono

circa 1 milione, ma il dato è in crescita sia per l'invecchiamento progressivo della popolazione sia per il miglioramento delle terapie disponibili. Il rischio di ictus aumenta con l'età, ma ci sono anche altri fattori che indeboliscono i meccanismi di difesa dell'organismo. Fra questi la disidratazione (conseguenza della sudorazione), che riduce il sangue in circolo e ne aumenta la viscosità. Tra i pericoli, quando all'età si aggiunge il caldo estremo, ci sono l'assunzione di alcuni medicinali come quelli antipertensivi, i diuretici o i beta-bloccanti, o condizioni come ipercolesterolemia, patologie cardiache o polmonari croniche, obesità, diabete e ipertensione.

Lettori 34.000

25-07-2024

Caldo estremo aumenta rischio ictus | il decalogo per difendersi

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi (Di giovedì 25 luglio 2024) (Adnkronos) – Il **Caldo estremo aumenta il rischio di ictus**, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo **ictus** sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata,

facebook

 **Medinews**
45 min · 

Cosa si può fare per prevenire un ictus da colpo di calore?

Da [Italian Stroke Association - Associazione Italiana Ictus](#) (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale arriva un decalogo:
<https://www.medinews.it/.../caldo-estremo-e-rischio.../>



 **Il Ritratto della Salute**
42 min · 

Secondo uno studio recentemente pubblicato, condotto dall'Università Fudan di Shanghai e realizzato sulla base di più di 82.000 pazienti, il caldo estremo fa aumentare le probabilità di insorgenza dell'ictus ischemico acuto, un evento molto grave che può causare disabilità e morte.

Da [Italian Stroke Association - Associazione Italiana Ictus](#) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale arrivano alcune indicazioni utili per prevenire l'ictus da colpo ... **Altro...**





Alice Ferrara odv associazione lotta all'ictus cerebrale · Segui

1 g ·

CALDO ESTREMO E RISCHIO ICTUS CEREBRALE
I CONSIGLI DI ISA-AII E A.L.I.CE. ITALIA ODV

IL DECALOGO ANTI-CALDO

NON USCIRE NELLE ORE CALDE
RESTARE IN LUOGHI FRESCI DALLE ORE 12 ALLE 17. PER GLI ANZIANI È CONSIGLIABILE EVITARE LE AREE MOLTO TRAFFICATE DEI CENTRI URBANI. IN QUESTI ORARI EVITARE ANCHE SPORT E ATTIVITÀ FISICA.

BERE MOLTA ACQUA
BERE ALMENO UN LITRO E MEZZO DI ACQUA AL GIORNO, PER REINTEGRARE LE PERDITE DI SALI MINERALI. BERE SPESSO, ANCHE IN ASSENZA DI STIMOLO DELLA SETE, ED EVITARE BEVANDA GASSATE E ZUCCHERATE.

FARE PASTI LEGGERI CON MOLTA FRUTTA
CONSUMARE PASTI LEGGERI, PREFERIRE PASTA, FRUTTA FRESCA E VERDURE DI STAGIONE. RIDURRE I CIBI FRITTI O GRASSI.

APRIRE LE FINESTRE E REGOLARE L'ARIA CONDIZIONATA
APRIRE LE FINESTRE AL MATTINO PRESTO, A TARDA SERA E DURANTE LA NOTTE. TENERLE CHIUSE NELLE ORE PIÙ CALDE. UTILIZZARE UN VENTILATORE IN CASO DI NECESSITÀ, MA SENZA ESPORSI DIRETTAMENTE ALL'ARIA. SE SI UTILIZZA UN CONDIZIONATORE, REGOLARLO TRA I 26 E I 28 GRADI. LA TEMPERATURA ALL'INTERNO NON DOVREBBE ESSERE INFERIORE DI OLTRE 2 GRADI RISPETTO A QUELLA ESTERNA.

RIPARARSI DAL SOLE
ALL'ESTERNO UTILIZZARE UN CAPPELLO DI COLORE CHIARO PER TENERE LA TESTA COPERTA, PORTARE OCCHIALI DA SOLE E PROTEGGERE LA PELLE CON CREME SOLARI CON ALMENO 50SPF.

VESTIRSI LEGGERI
INDOSSARE ABITI LEGGERI, NON ADERENTI, IN FIBRE NATURALI COME COTONE O LINO, DI COLORE CHIARO, EVITARE LE FIBRE SINTETICHE.

RINFRESCARSI CON BAGNI TIEPIDI
È UTILE FARE BAGNI TIEPIDI PER RINFRESCARSI SENZA ECCESSIVI SCALDI. A TEMPERATURA, SE DOVESSE INSORGERE MAL DI TESTA A CAUSA DELL'ESPOSIZIONE AL SOLE, FARE IMPACCHI DI ACQUA FRESCA.

NON SOSTARE NELLE AUTO PARCHEGGIATE AL SOLE
NON SOSTARE NELLE AUTO ESPOSTE AL SOLE E, SE SI DEVE ENTRARE IN UNA AUTO MOLTO CALDA, PRIMA TENERE APERTE PORTIERE E FINESTRINI PER ABBASSARE LA TEMPERATURA. TENERE SEMPRE IN AUTO UNA BOTTIGLIA D'ACQUA.

CONSULTARE IL MEDICO
CONSULTARE IL MEDICO PER OGNI DISTURBO CAUSATO DALLA TEMPERATURA. NON INTERVENIRE AUTONOMAMENTE SULLA MODIFICA DELLE TERAPIE.

ANDARE IN VACANZA IN LOCALITÀ CON CLIMI MITI
È CONSIGLIABILE PREDILIGERE LUOGHI DI VACANZA IN CUI LE TEMPERATURE SONO MITI, COME LA MONTAGNA, LA COLLINA O LE LOCALITÀ TERMALI.



Adnkronos · Segui

10 h ·

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



ADNKRONOS.COM

Caldo estremo, rischio ictus aumenta: come difendersi

Studio dell'università Fudan di Shanghai: il pericolo sale immediatamente con temperature tor...



Antonio Matera

3 h ·

Il calore potrebbe determinare un aumento del flusso sanguigno cutaneo e, di conseguenza, un aumento di concentrazione e viscosità del sangue.

QUOTIDIANOSANITA.IT

Ictus cerebrale. Caldo estremo possibile fattore di rischio - Quotidiano Sanità



TuttOggi · Segui

9 h · 🌐



Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi. (Adnkronos) – Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai su oltre 82mila pazienti, il pericolo ictus sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata, [...]

The post Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il ... Altro...

TUTTOGGI.INFO
tuttoggi.info



Pisini Blog · Segui

1 h · 🌐



Aumentare la consapevolezza sul rischio di ictus in periodi di caldo estremo: dieci consigli per proteggersi



PISINIBLOG.IT

Aumentare la consapevolezza sul rischio di ictus in periodi di caldo estremo: dieci consigli per proteggersi



PeriodicoDaily

11 h · 🌐



Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

<http://dlvr.it/TB20fB>



RassegnaNotizie.it · Segui

8 h · 🌐



Caldo estremo, rischio ictus aumenta: come difendersi -



RASSEGNA NOTIZIE.IT

Caldo estremo, rischio ictus aumenta: come difendersi - RassegnaNotizie.it

Ecco l'articolo in italiano:



Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi
<https://vivere.me/fdRu-f>

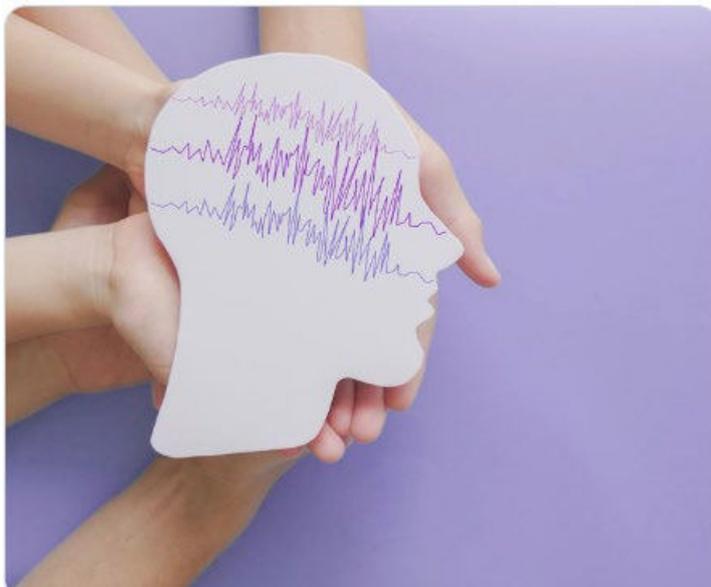




Ritrattodellasalute @ritrattosalute · 43m



#caldoestremo, da ISA-AII (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv arrivano le indicazioni per prevenire l'**#ictus** causato dal colpo di calore: medinews.it/comunicati/cal...



Medinews @Medinews_ · 49m



Il decalogo di ISA-AII (Associazione Italiana Ictus) e A.L.I.Ce. Italia Odv, Associazione per la lotta all'ictus cerebrale, per prevenire l'**#ictus** da colpo di **#calore**: medinews.it/comunicati/cal...





SciscianoNotizie Official @SciscianoNotiz1 · 9h

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi: #ILMONITO

(#Adnkronos) -

Il **caldo estremo** aumenta il **rischio di ictus**, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di disabilità per la metà di chi sopravvive. Secondo uno... dvr.it/TB27Fp



SiciliaReport.it @Sicilia_Report · 25m

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi siciliareport.it/adnkronos-news... via @Sicilia_Report



Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi - Sicilia Report



Adnkronos @Adnkronos · 10h

Caldo estremo, rischio ictus aumenta: come difendersi



Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Fisco24 @fisco24_info · 11h

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi (Adnkronos) - Secondo uno studio condotto dall'università Fudan di Shanghai, il pericolo sale immediatamente con temperature torride, soprattutto nelle ore più calde della giornata. I... dvr.it/TB20DJ



 **Notizie Nazionali** @NNazionali · 10h ...
Il **caldo estremo** aumenta il **rischio di ictus**, responsabile di 1 decesso su 10 nel nostro Paese, causa di...



notizienazionali.it
Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per
Il caldo estremo aumenta il rischio di ictus,
responsabile di 1... continua a leggere

 **Vivere Italia** @vivereitalia · 10h ...
Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi
ift.tt/WXP1bOE

   1  4  

 **terrinoni I** @TerrinoniL · 4h ...
Caldo estremo, rischio ictus aumenta: come difendersi



Caldo estremo, rischio ictus aumenta: come difendersi

 **infoimpresa** @infoimpresa_ · 10h ...
Leggi il nostro nuovo articolo "**Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi**"



Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi - Infoimpresa

From infoimpresa.info

 **Cagliari Live Magazine** @cagliarilivemag · 10h ...
Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi
ift.tt/IQxsa9M

   1  7  

 **MSN Italia** @msn_italia · 10h ...
Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi
msft.it/60111XH0N

    14  



Sbircia la Notizia Magazine @SLN_Magazine · 9h

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



From sbircialanotizia.it



6



Zazoom Social News @zazoomblog · 10h

Caldo estremo - aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi #Caldo #estremo #aumenta #rischio



Caldo estremo - aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi



Vivere Italia

8 follower
10 ore • 🌐

+ Segui ...

Caldo estremo, aumenta rischio ictus: il decalogo per difendersi

<https://vivere.me/fdRu-l>



👍 Consiglia 💬 Commenta 🔄 Diffondi il post 📤 Invia



Marcello Migliosi • 3° e oltre

Fondatore e direttore del Gruppo editoriale UmbriaJournal
1s • 🌐

+ Segui ...

Caldo estremo aumenta rischio infarti, consigli del cardiologo



Caldo estremo aumenta rischio infarti, consigli del cardiologo

umbriajournal.com

👍 Consiglia 💬 Commenta 🔄 Diffondi il post 📤 Invia



Dott. Francesco Rullo • 3° e oltre

OSTEOPATA D.O. - Medicina Osteopatica - Naprapatia - Esperto ...
6 ore • 🌐

+ Segui ...



Ictus cerebrale. Caldo estremo possibile fattore di rischio

quotidianosanita.it