

Ictus: primo soccorso e note di prevenzione

Ictus o Stroke

Cos'è

L'ictus (parola latina, col significato originale di "colpo") cerebrale è una malattia improvvisa causata da interruzione del flusso ematico cerebrale che si presenta in varie forme.

Va sospettato se c'è uno di questi segni o sintomi:

- coma improvviso
- alterazione dello stato di coscienza
- mal di testa improvviso e forte
- deficit neurologico focale (anche della sola vista)

Le cause sono essenzialmente di due tipi. Infatti esso deriva o da ostruzione del flusso sanguigno (ictus ischemico) per un ostacolo locale (trombo) o che si è spostato da altra sede (embolo) oppure per rottura di un vaso (ictus emorragico, meno frequente)

ICTUS

- Ischemico
 - Trombotico
 - Embolico
- Emorragico

Riconoscimento

Il tempo di intervento medico è essenziale, quindi l'ictus va riconosciuto nel primo soccorso quanto prima possibile. È facile capire se una persona entra in coma o ha alterazione della coscienza, così come è abbastanza semplice ricordare che un improvviso mal di testa, forte, può essere un sintomo di ictus cerebrale.

Bisogna imparare inoltre a riconoscere anche dei deficit neurologici focali. Si usano nel mondo diversi test, fra cui il più semplice è il FAST. Con l'acronimo **FAST** si intendono: Face (faccia), Arm (braccia), Speech (parola), Time (tempo).

Bisogna quindi invitare il soggetto a:

- sorridere per vedere se la rima buccale è asimmetrica; **F**
- alzare le braccia per vedere se uno delle due si alza di meno; **A**
- parlare per capire se l'eloquio è "impastato". **S**

La ultima lettera, la **T** di Tempo, ricorda che bisogna guadagnarla con un allertamento immediato del servizio "112" per consentire un intervento tempestivo nelle "stroke unit".

Opportuno, se a disposizione, fare un test per capire se il deficit deriva da alterazione della glicemia.

Intervento di primo soccorso

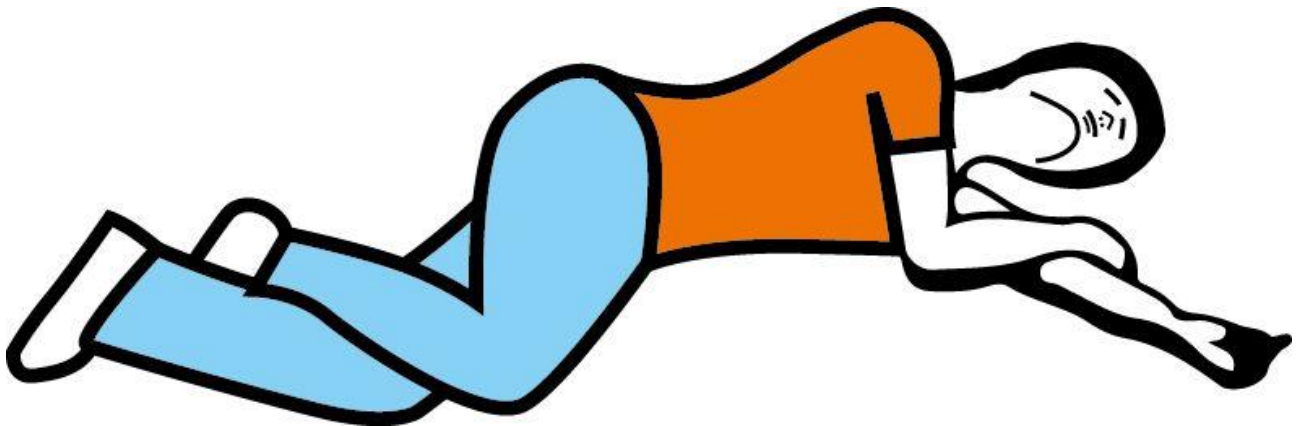
Il Naturopata deve conoscere ed esercitarsi al primo soccorso.

La T di Tempo ci impone un allertamento immediato del sistema di emergenza/urgenza “112”;

Non somministrare cibo o bevande;

Se vi è coma, controllare la necessità di eseguire il BLSD ed eventualmente eseguirlo;

Se vi è incoscienza e sono conservate le funzioni vitali (battito cardiaco e respiro) è importante mettere il soggetto nella “posizione laterale di sicurezza” (v.immagine)



Prevenzione

Vediamo alcuni fattori di rischio dell'ictus cerebrale modificabili e di interesse del Naturopata: ipertensione arteriosa, dislipemia, diabete, obesità addominale, sedentarietà.

Il Naturopata può fare prevenzione non medica tramite:

- le tecniche tipicamente naturopatiche per accorgersi di una “predisposizione” all'ictus;
- il consiglio adeguato sui livelli minimi di attività fisica dell'organizzazione mondiale della sanità contro la sedentarietà;
- il suggerimento della corretta alimentazione;
- il consiglio di integratori utili (es. berberina, aglio, riso rosso fermentato, e così via).

Dott. Angelo Sberna: medico, spec. in medicina dello sport, docente a contratto UNIBO.

Già componente Commissione medicine non convenzionali Assessorato della Salute regione Sicilia

Presidente Comitato Scientifico Scuola Italiana di Scienze Naturopatiche

