



Infarto e Ictus si possono evitare?

Dalla prevenzione alla diagnosi precoce

dottor Marco Diena
presidente Cardioteam Foundation onlus

**L'infarto e l'ictus sono
la prima causa di morte e di invalidità
nei paesi sviluppati: 44% dei decessi**

In Italia:

- **il 22% della popolazione soffre di ipertensione;**
- **il valore medio del colesterolo è di 203mg/dL;**
- **i fumatori adulti superano il 20%.**

**il numero dei diabetici e obesi è in costante aumento,
in relazione ad abitudini e stili di vita
sempre più sedentari.**

Due pazienti

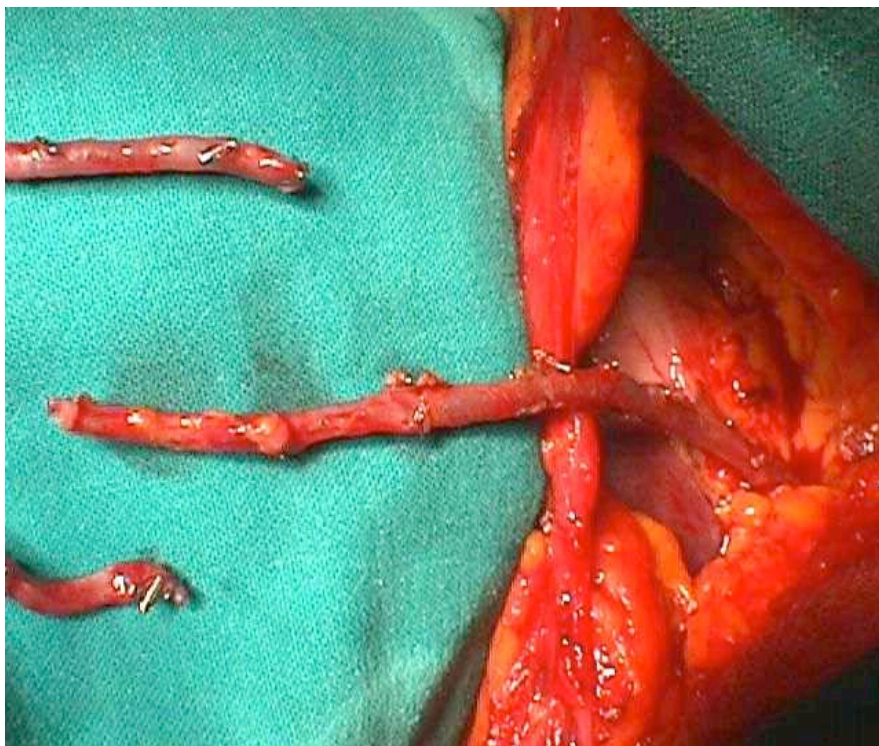


Chi

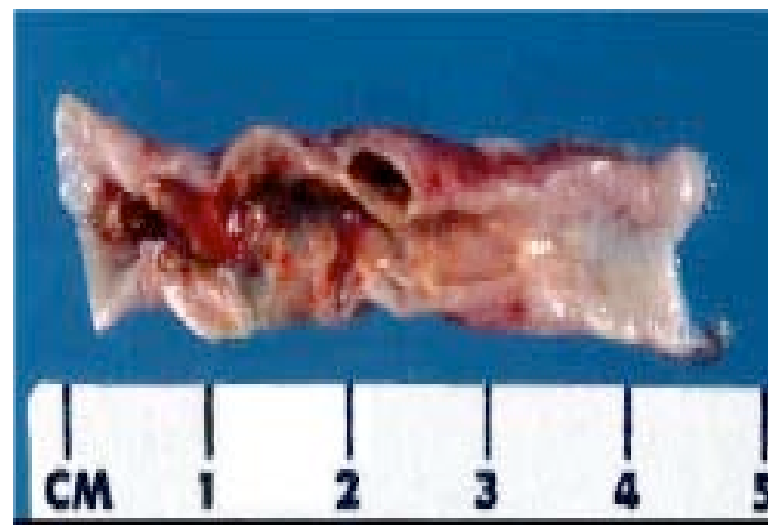
signor Bianchi e signor Rossi

Situazione

visita dal medico

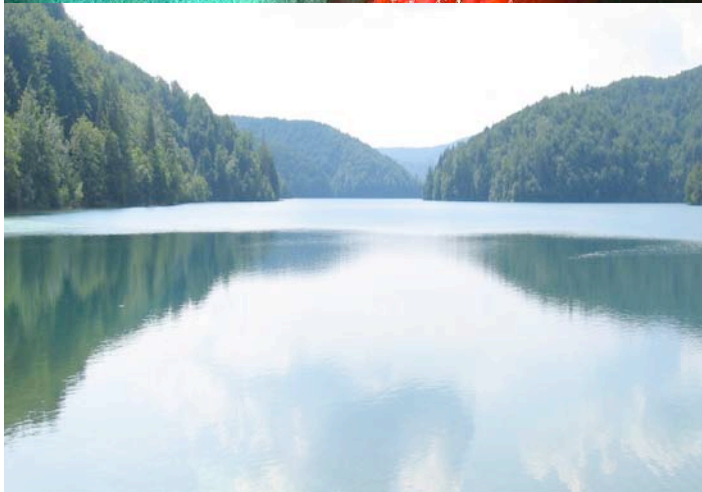
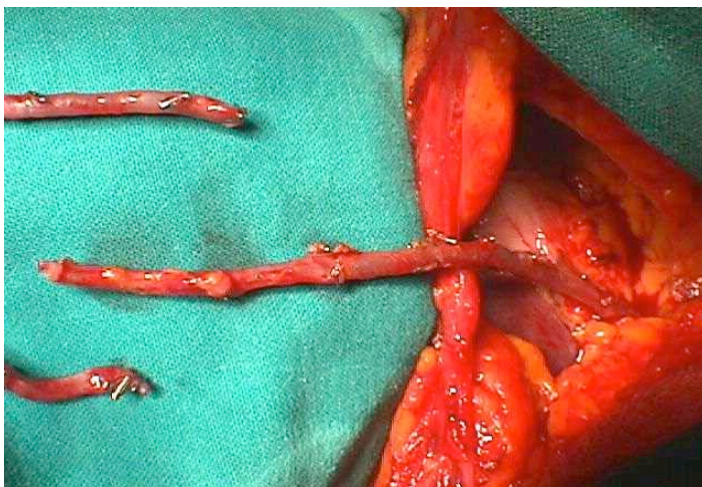


Sig. Bianchi



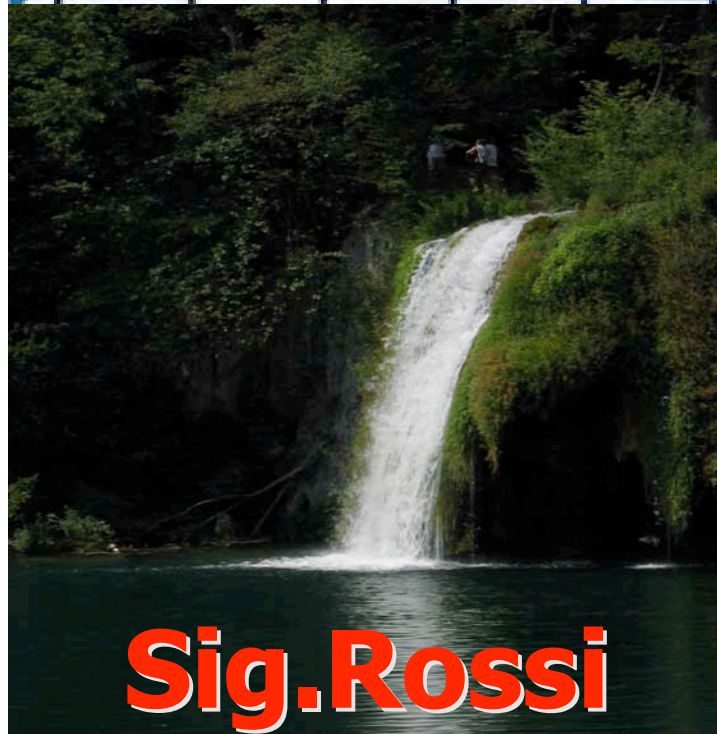
Sig. Rossi

Flusso laminare



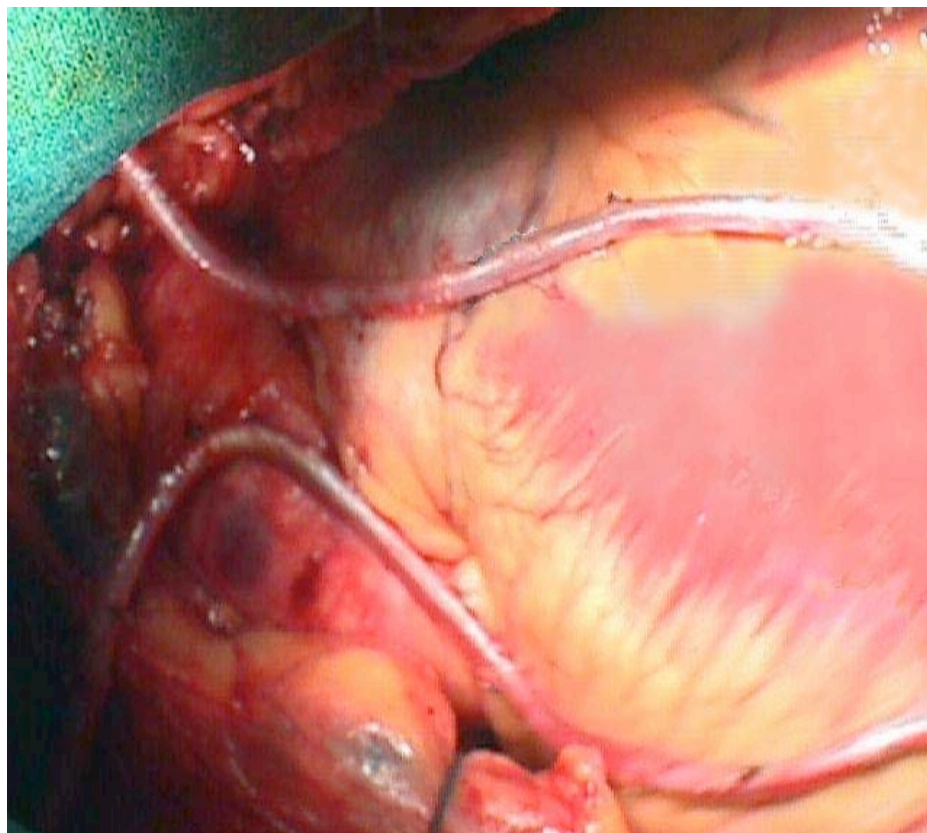
Sig. Bianchi

Flusso turbolento



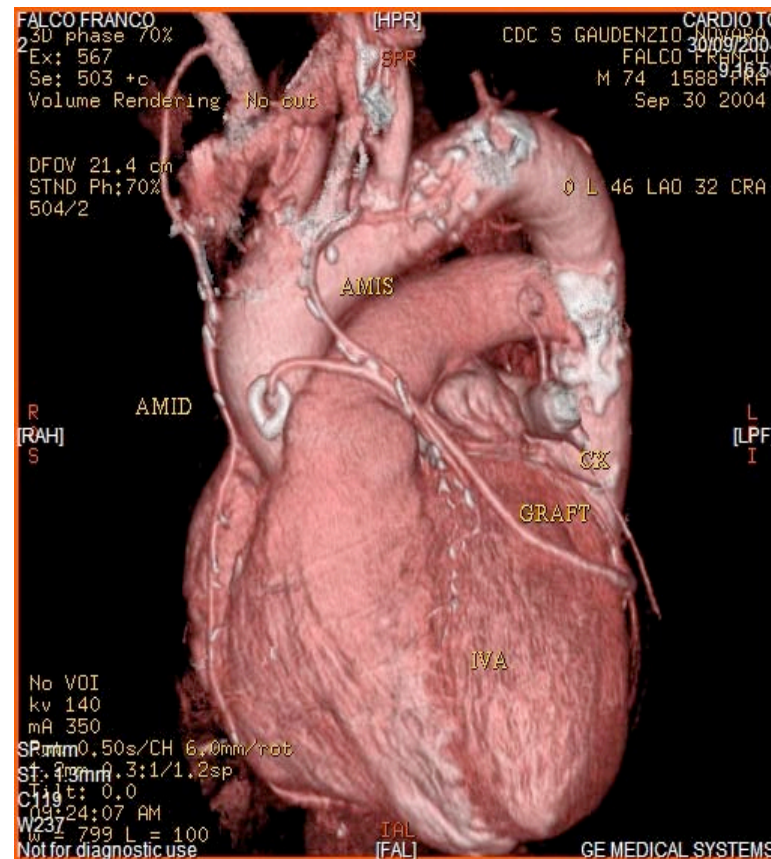
Sig. Rossi

Arterie sane



Sig. Bianchi

Arterie malate



Sig. Rossi

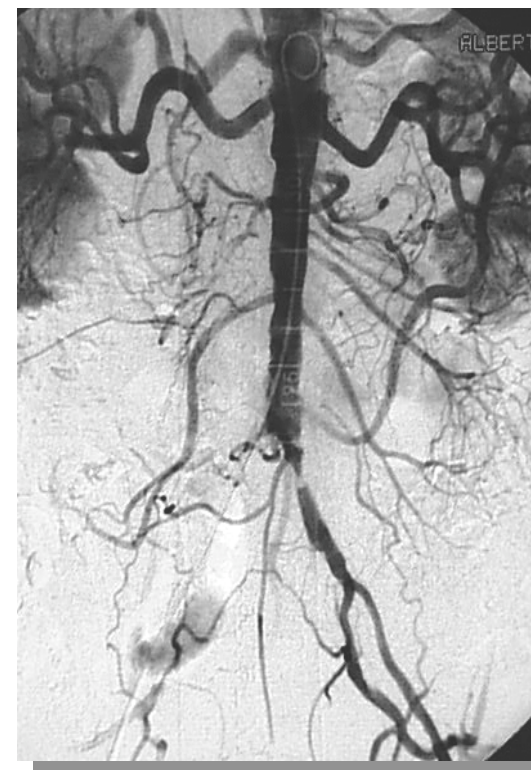
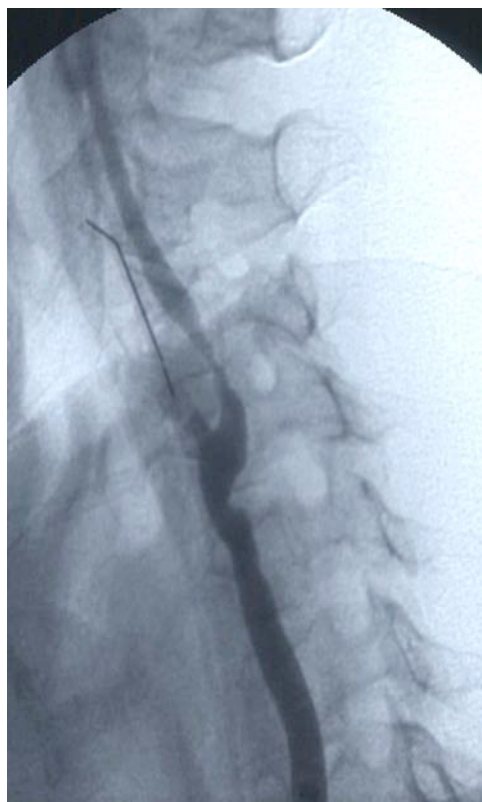
Aterosclerosi diffusa

Sig. Rossi

Coronarie

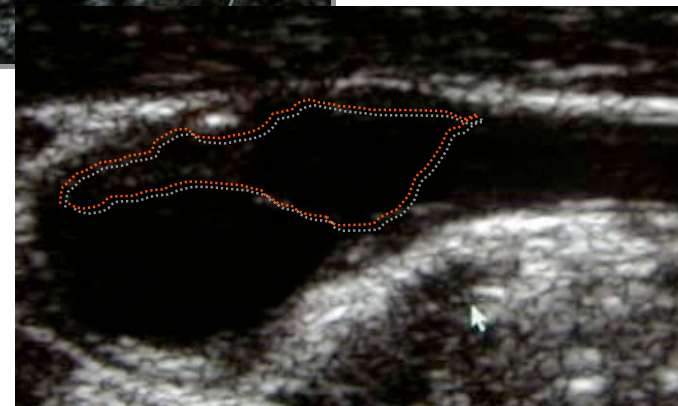
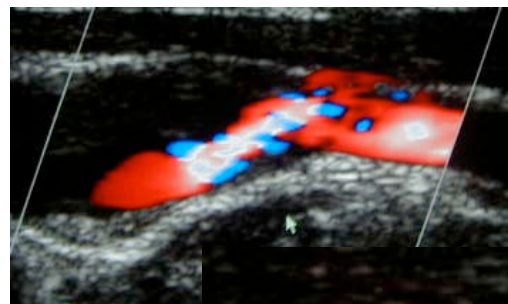
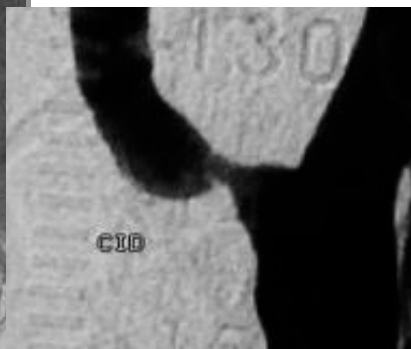
Carotide

Aorta



Placca 82% Stenosi carotidea

Sig. Rossi

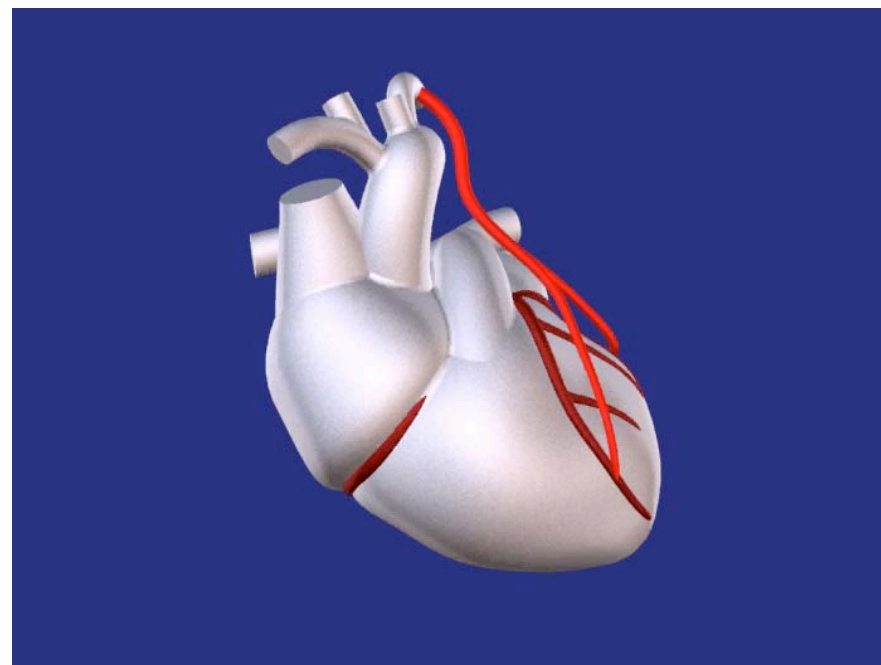


- Male, 71 years old
- Recurrent TIAs
- RICA focal stenosis, NASCET 82%

Very high risk for
massive
embolization

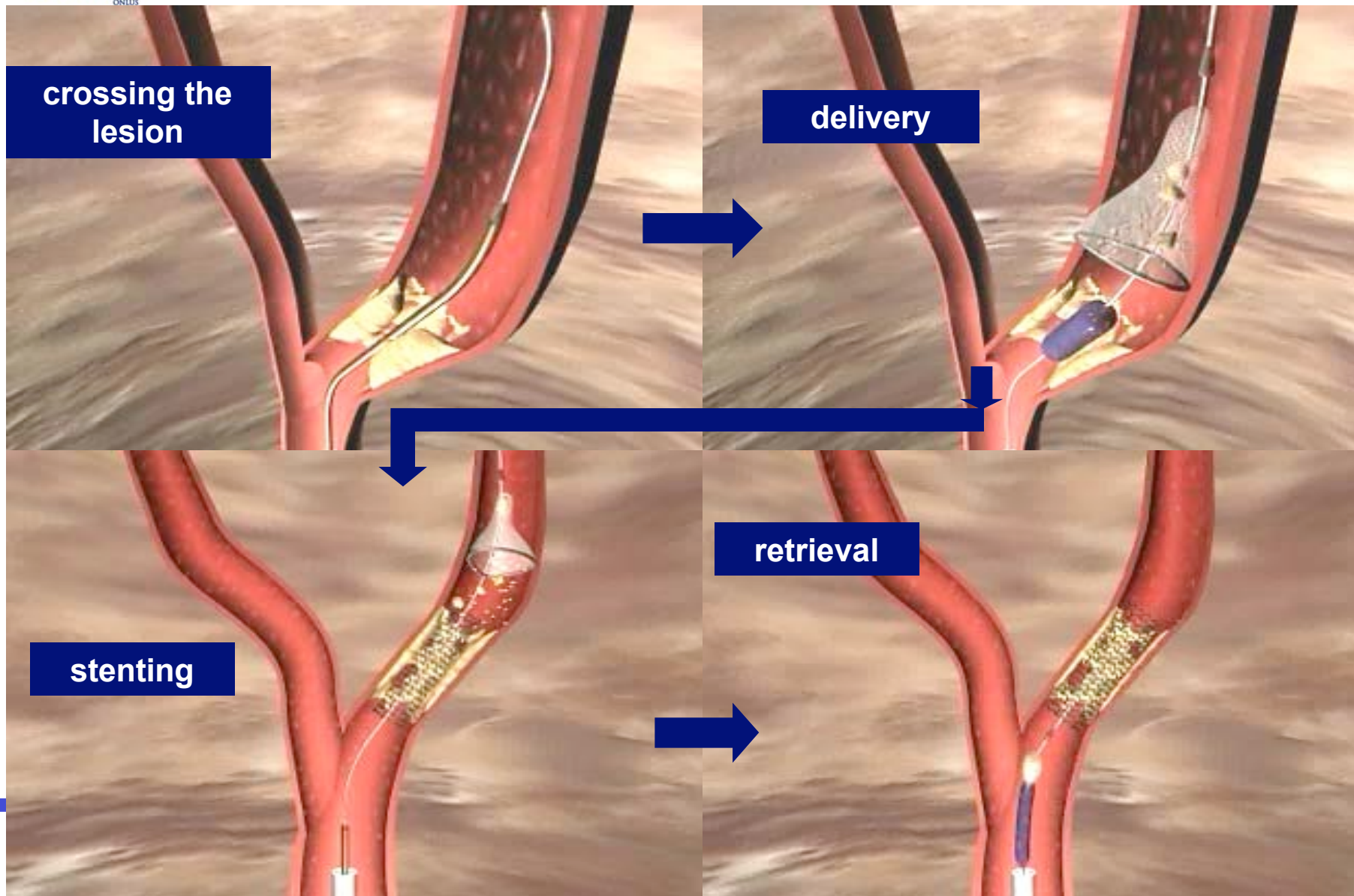
Please, avoid CAS

Intervento chirurgico



Sig. Rossi

Angioplastica con filtro di protezione



Chirurgia mini-invasiva



Chirurgia coronarica con il robot



Cardioteam

Il futuro della Chirurgia coronarica



Sig. Bianchi

Sig. Rossi

Quali sono le loro abitudini?



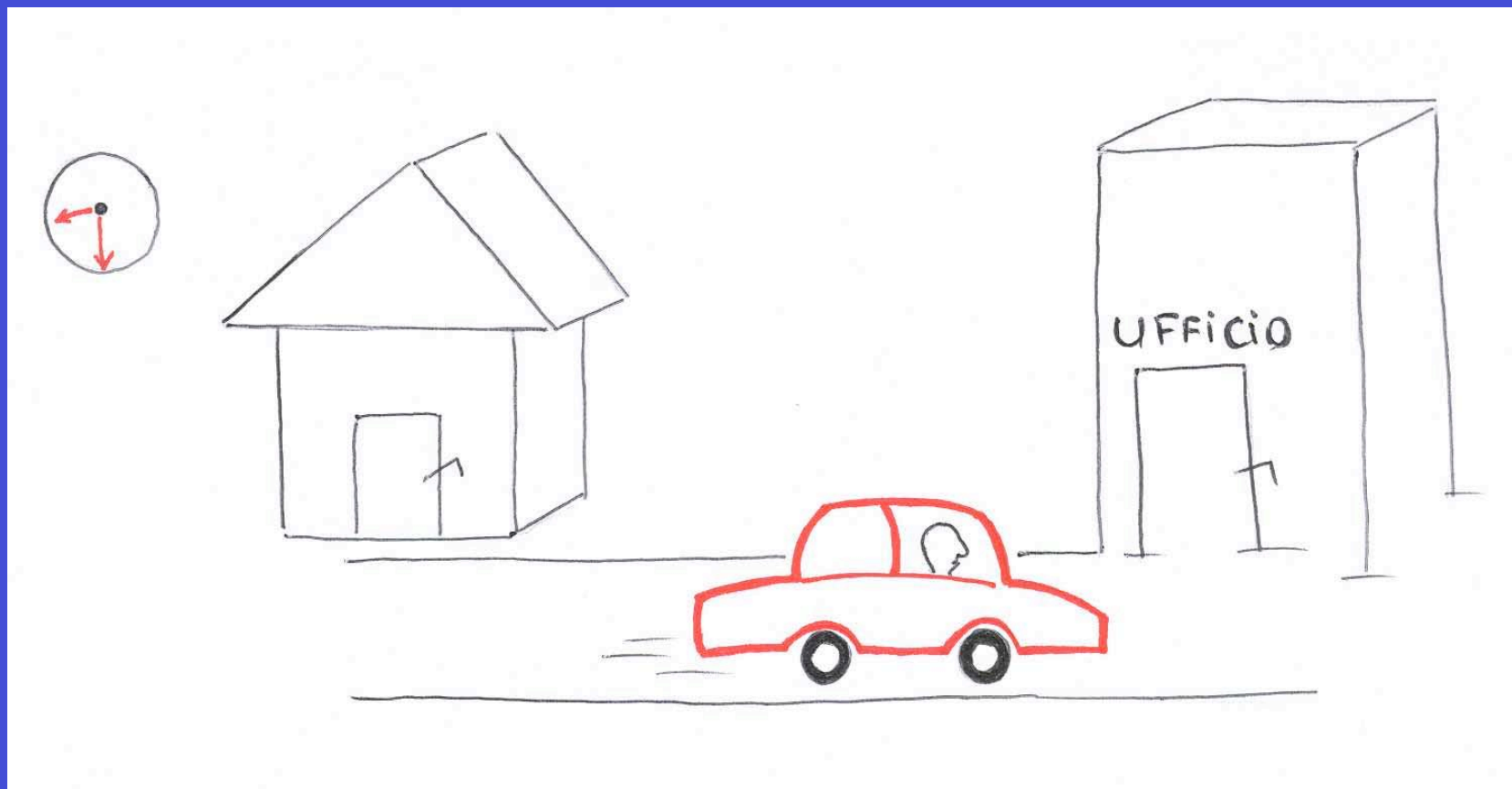
Quale stile di vita conducono?



A quali rischi sono esposti?

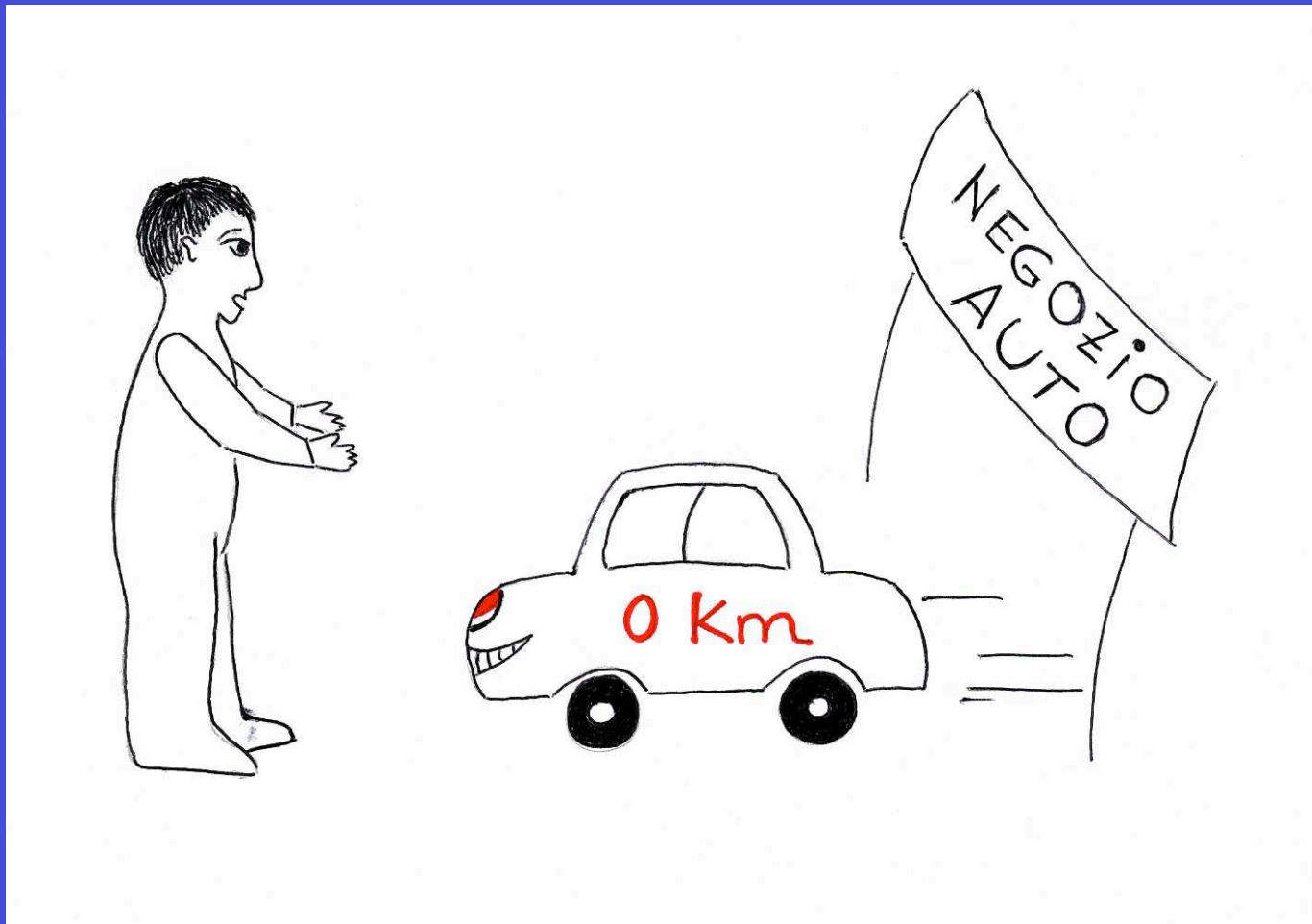
Stile di vita del

Sig. Rossi



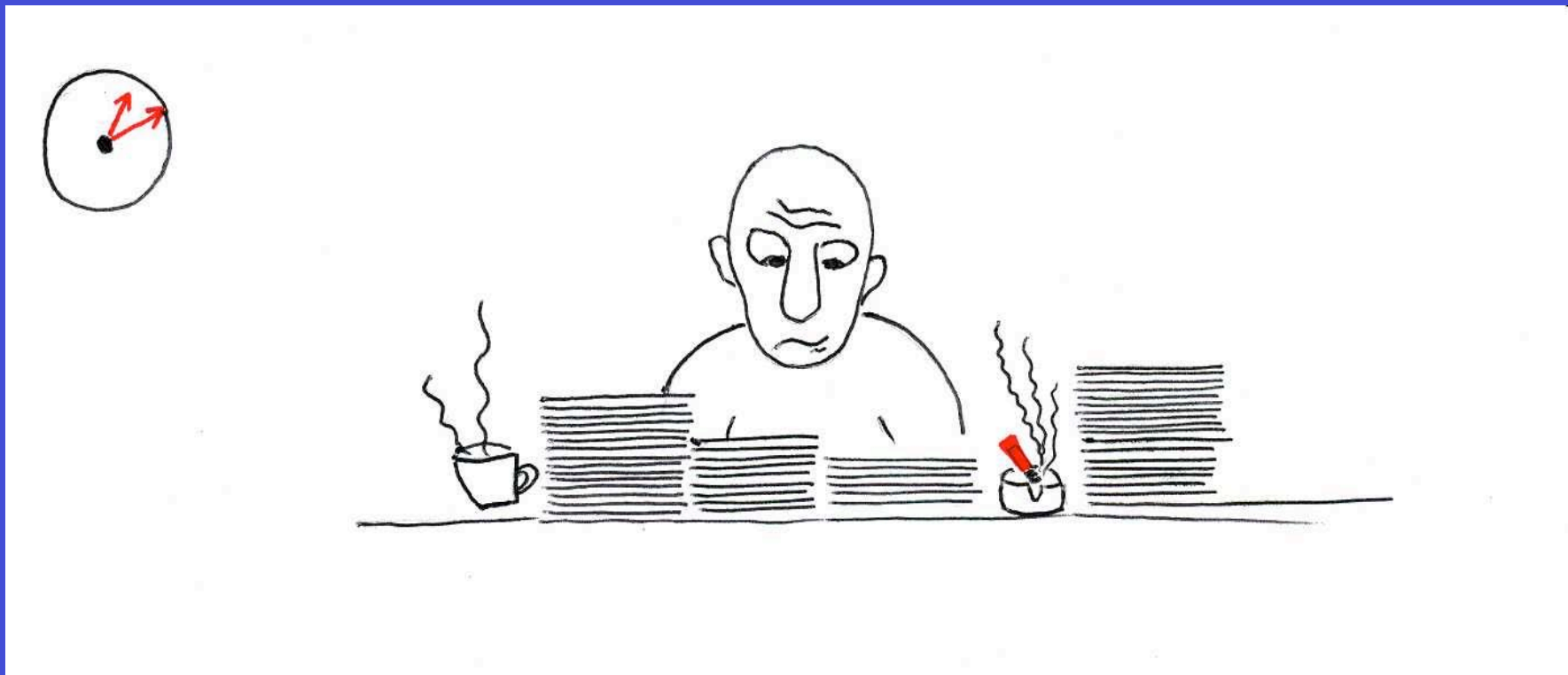
Stile di vita del

Sig. Rossi



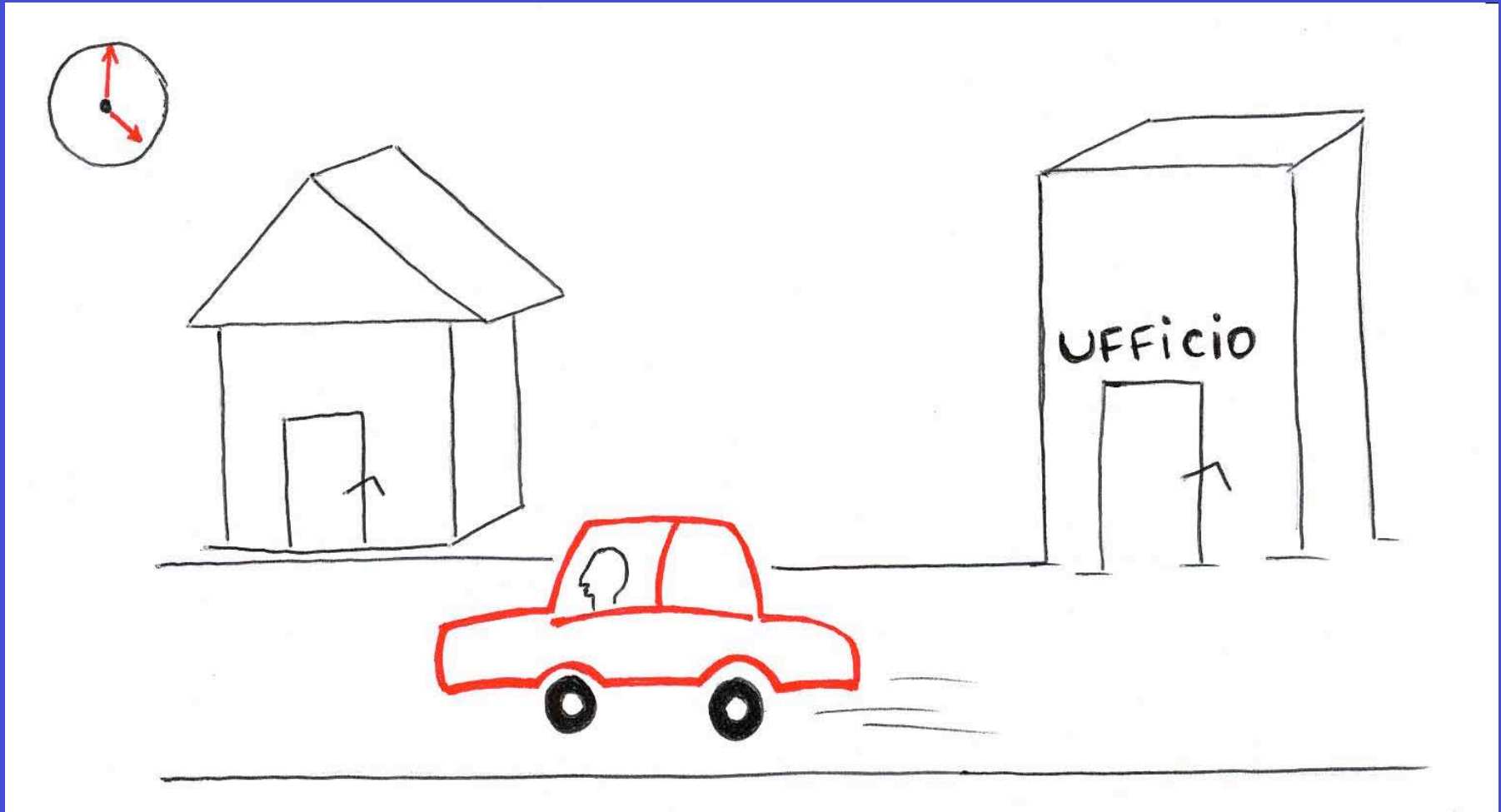
Stile di vita del

Sig. Rossi



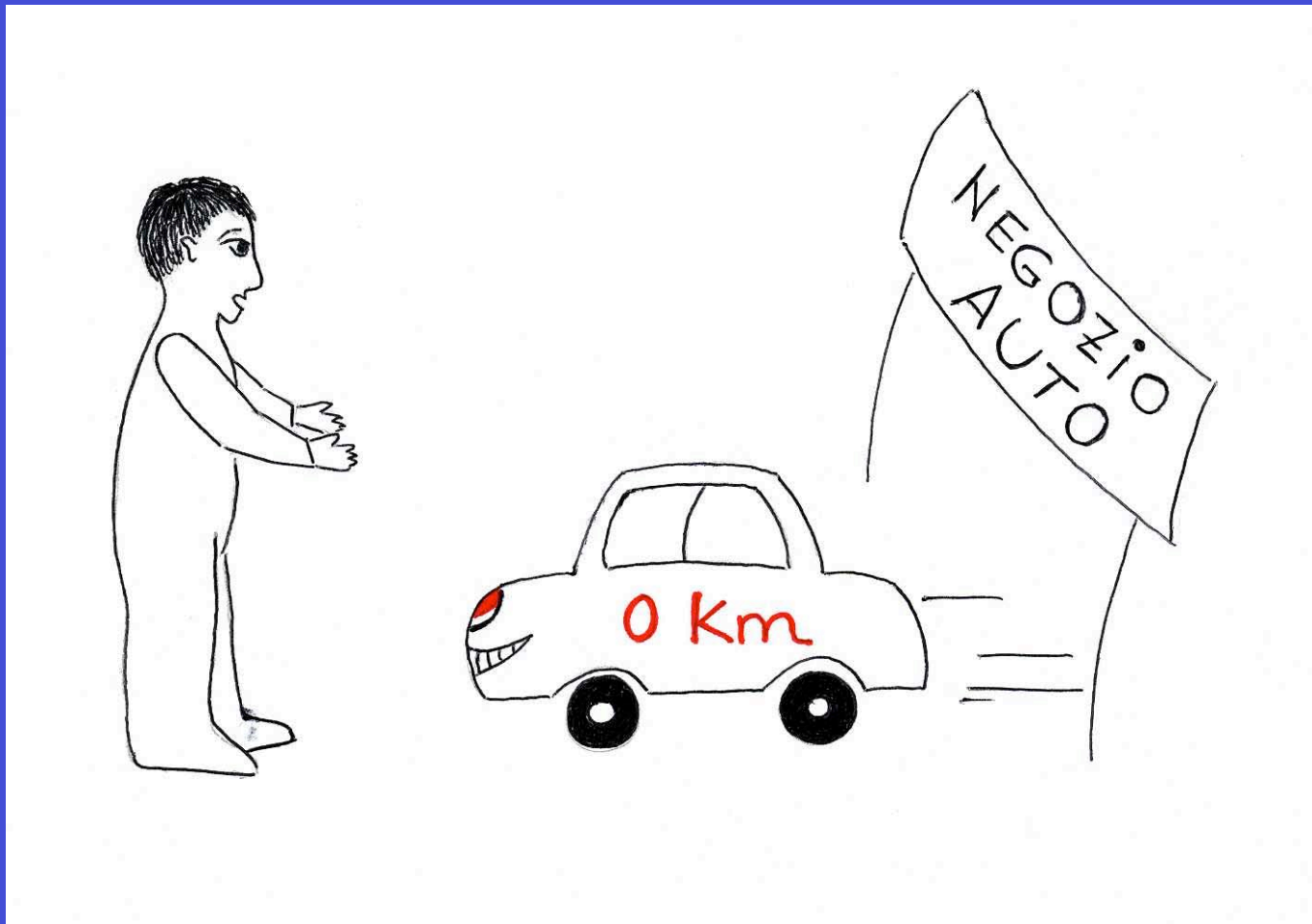
Stile di vita del

Sig. Rossi



Stile di vita del

Sig. Rossi



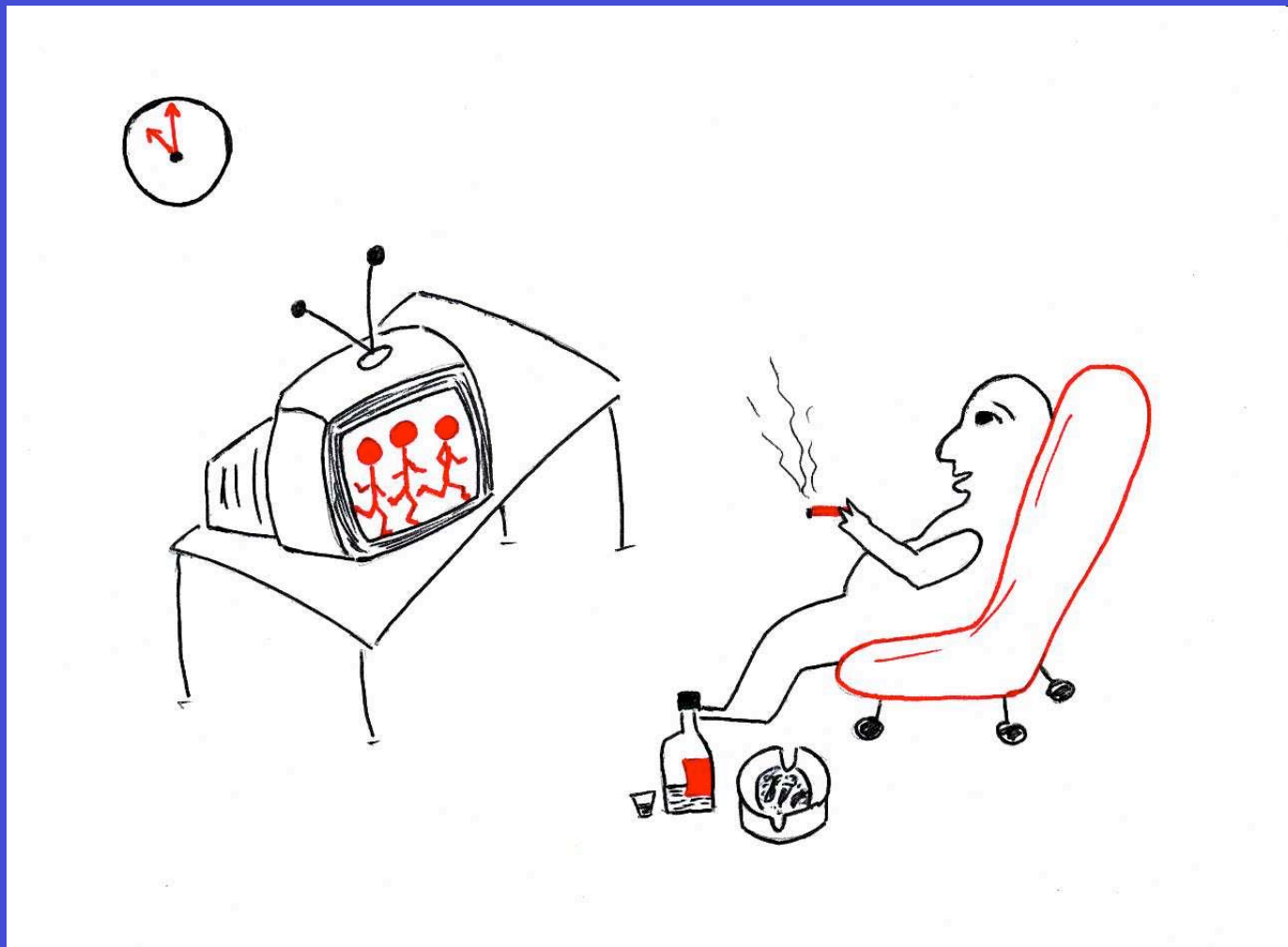
Stile di vita del

Sig. Rossi



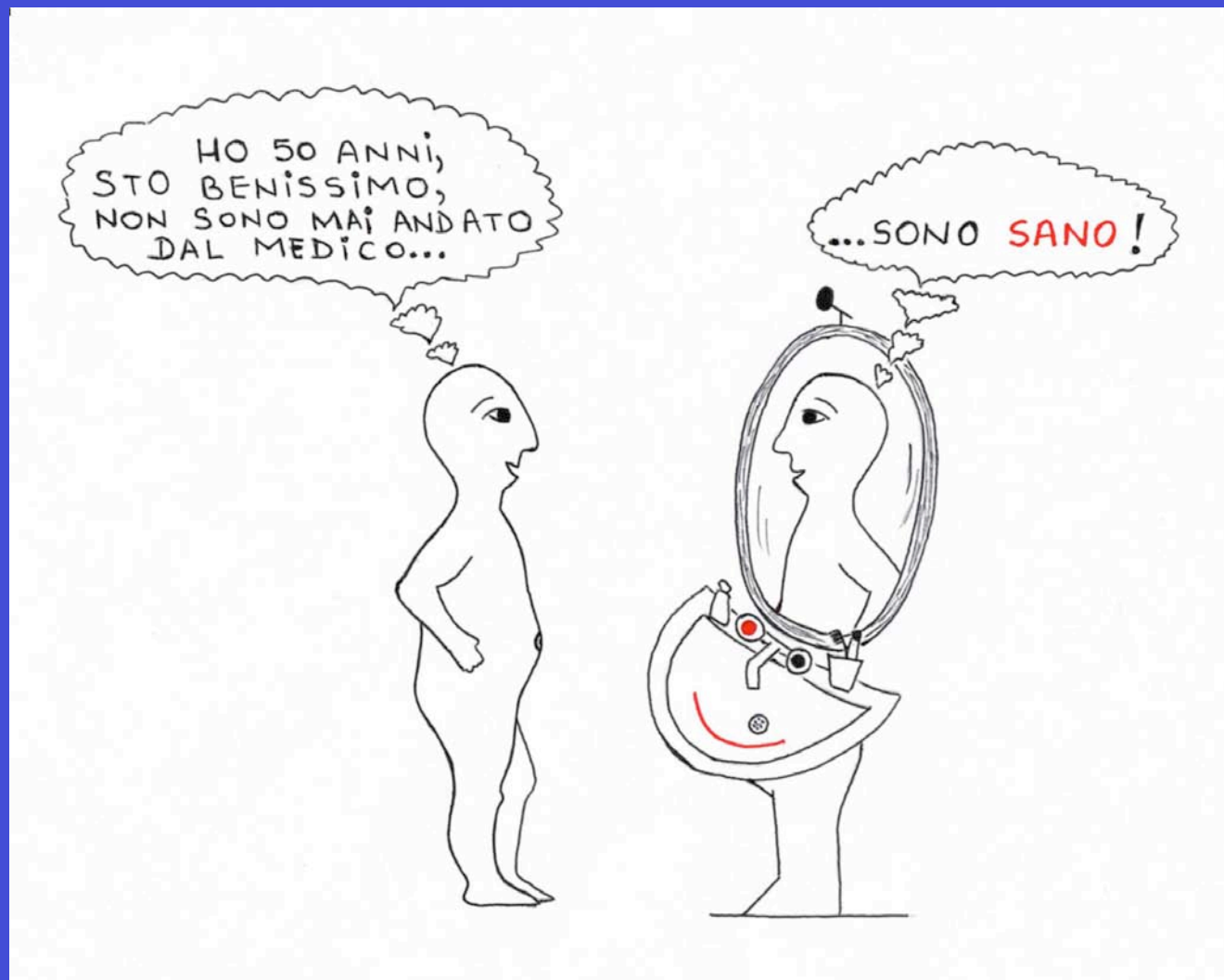
Stile di vita del

Sig. Rossi



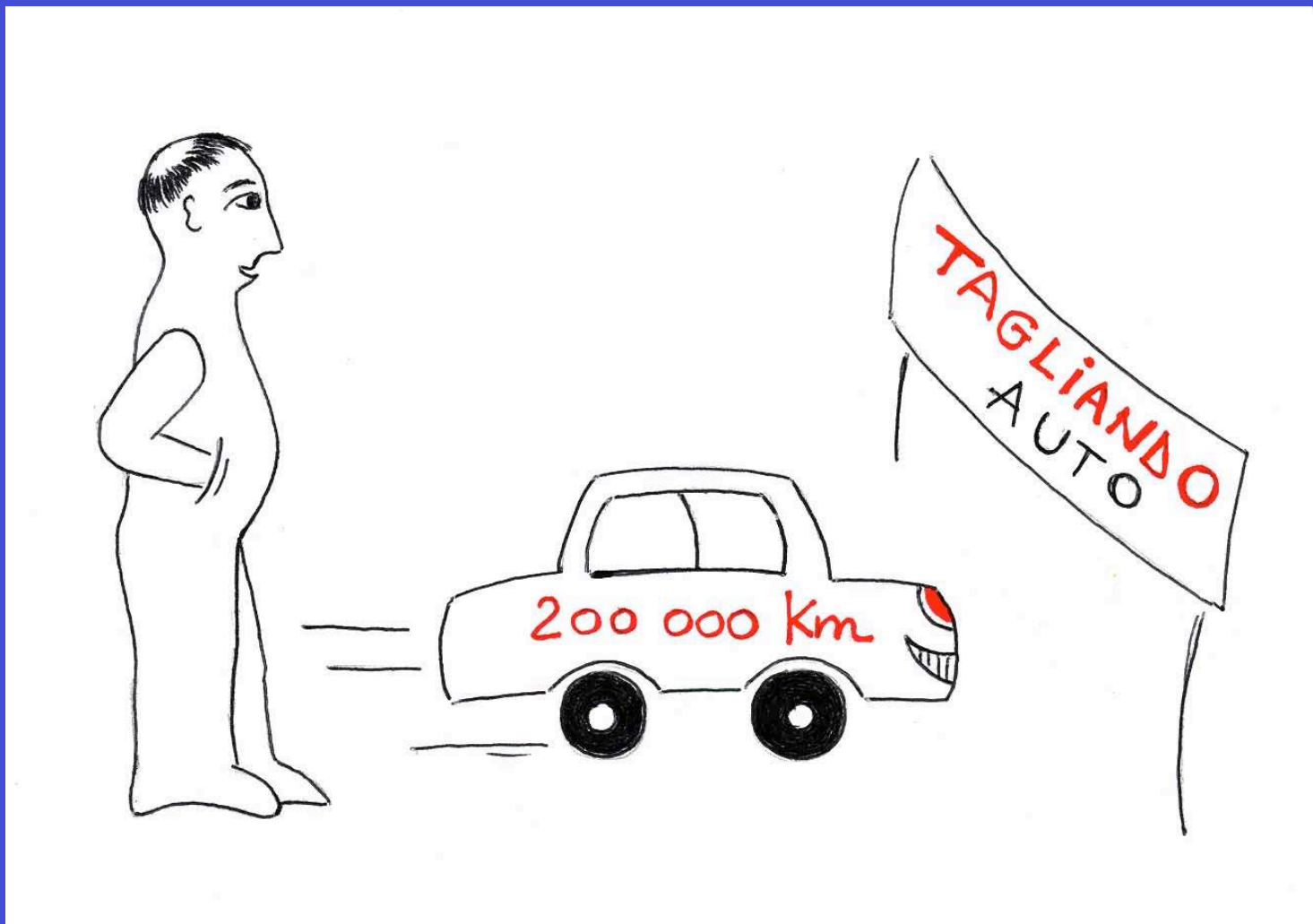
Stile di vita del

Sig. Rossi



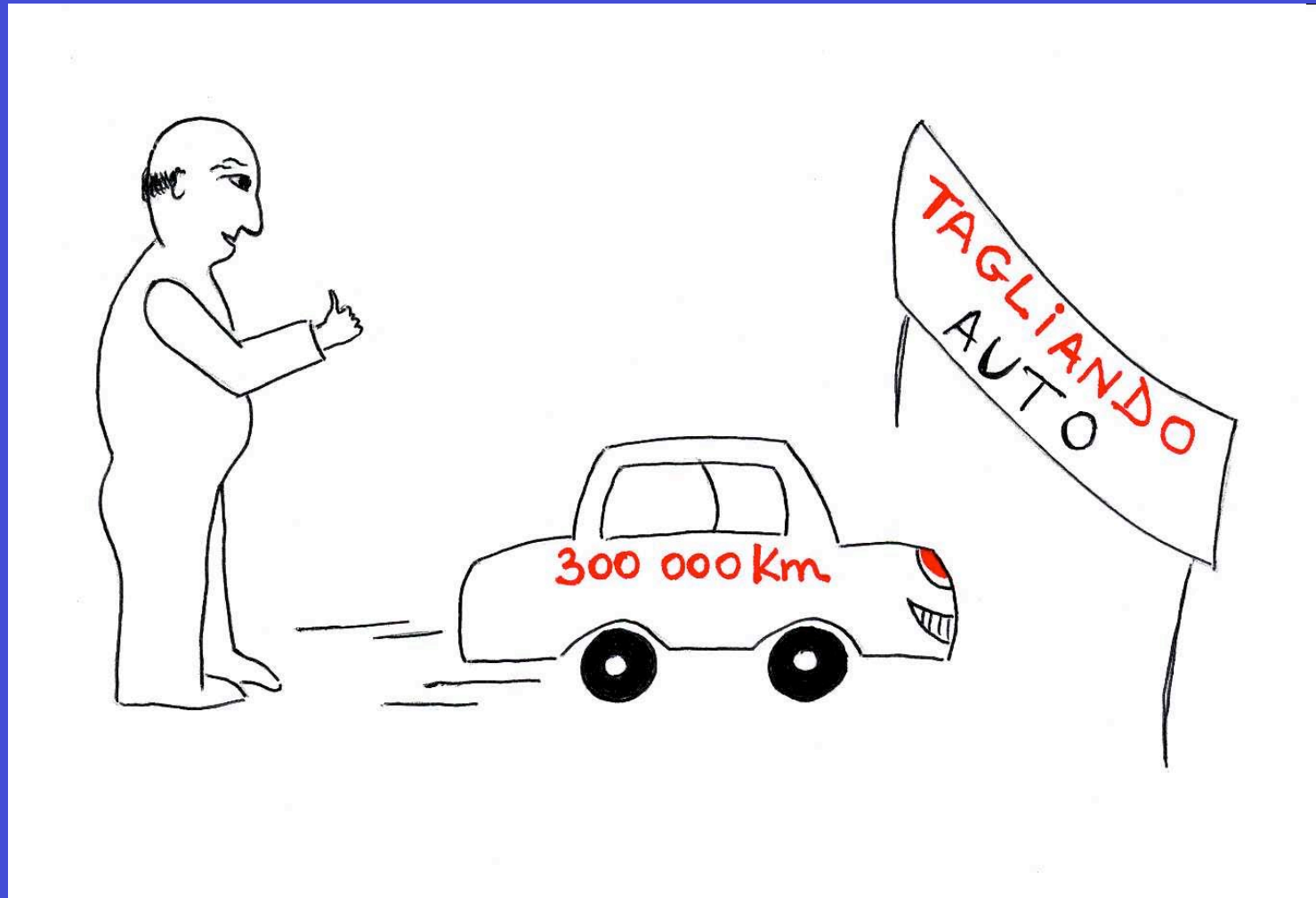
Stile di vita del

Sig. Rossi



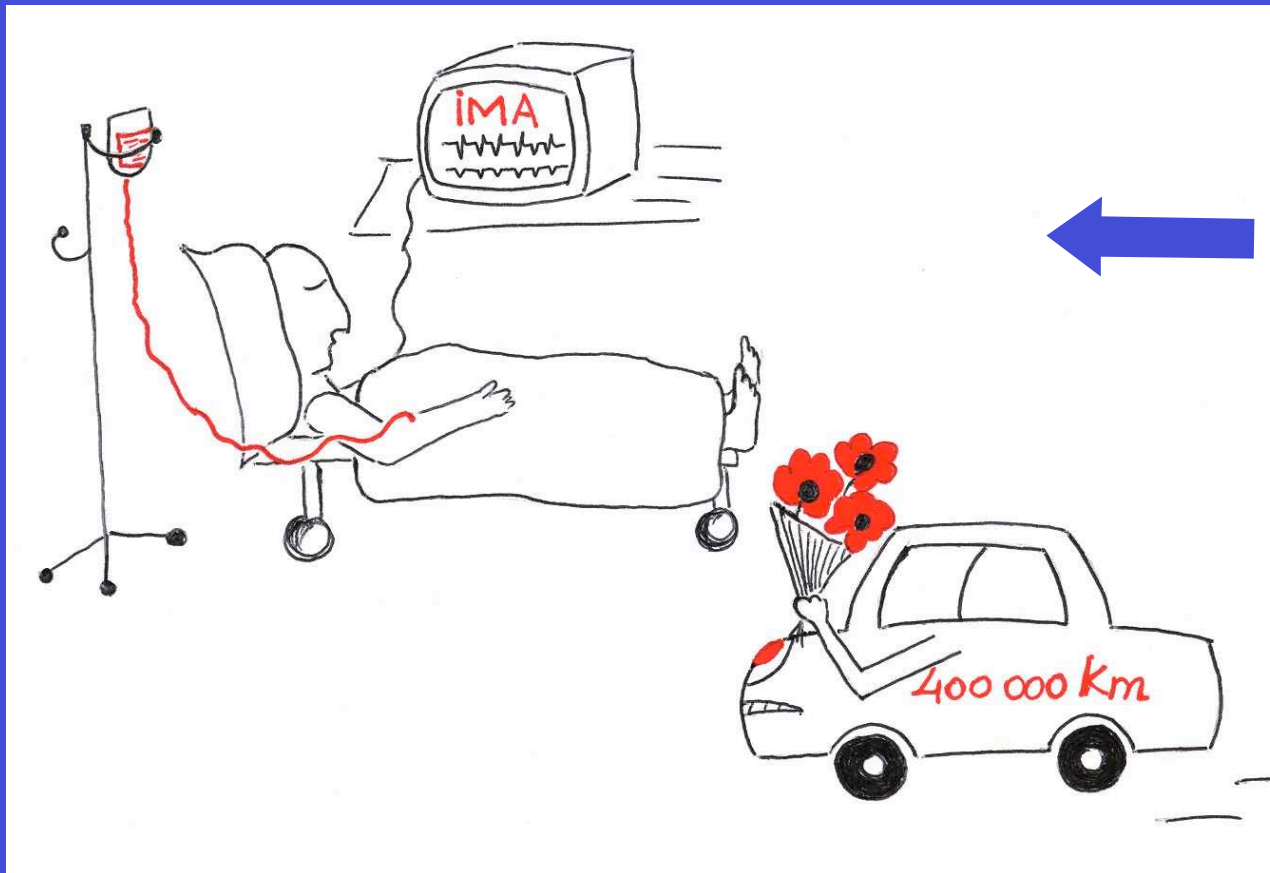
Stile di vita del

Sig. Rossi



Stile di vita del

Sig. Rossi

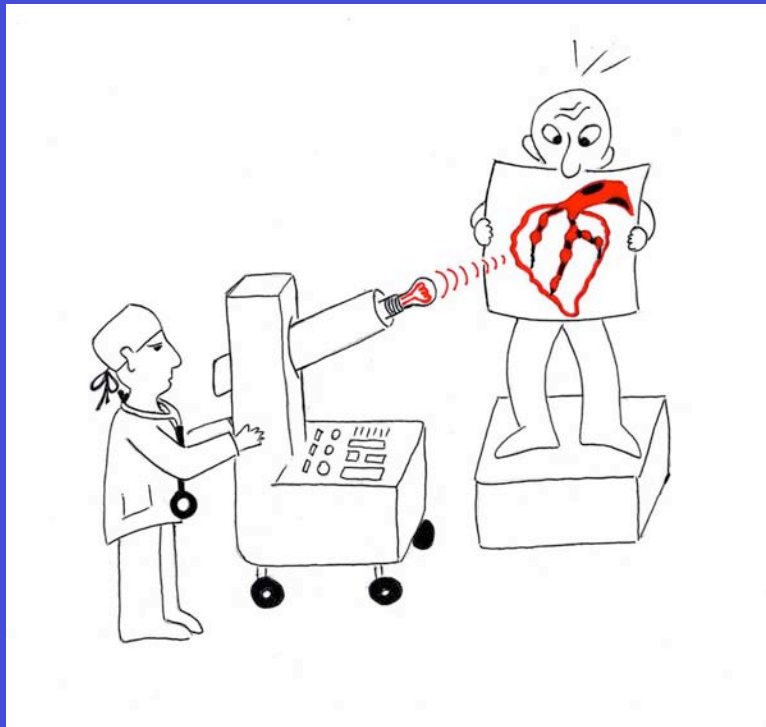


**Infarto
cardiaco**

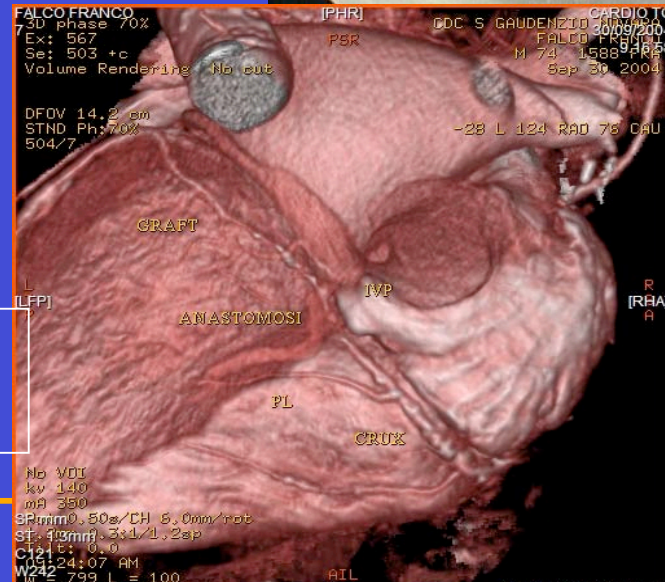
Stile di vita del

Sig. Rossi

Coronarografia



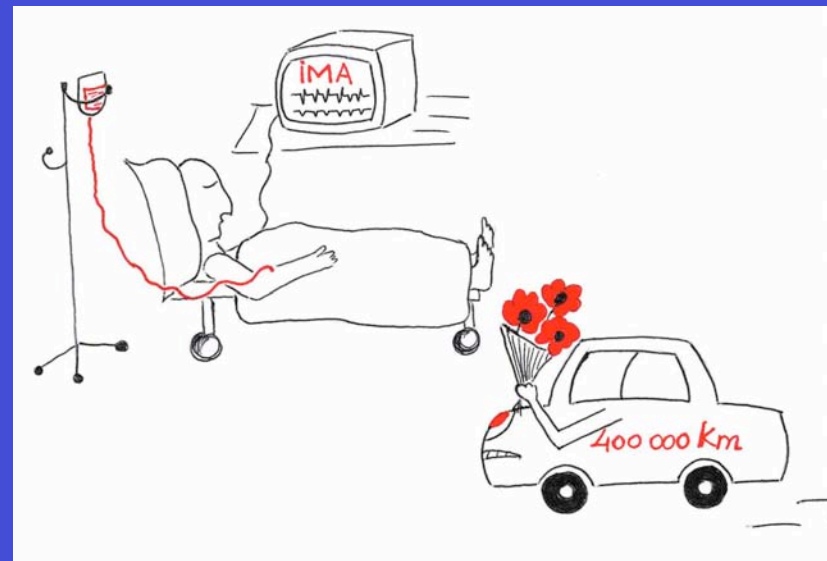
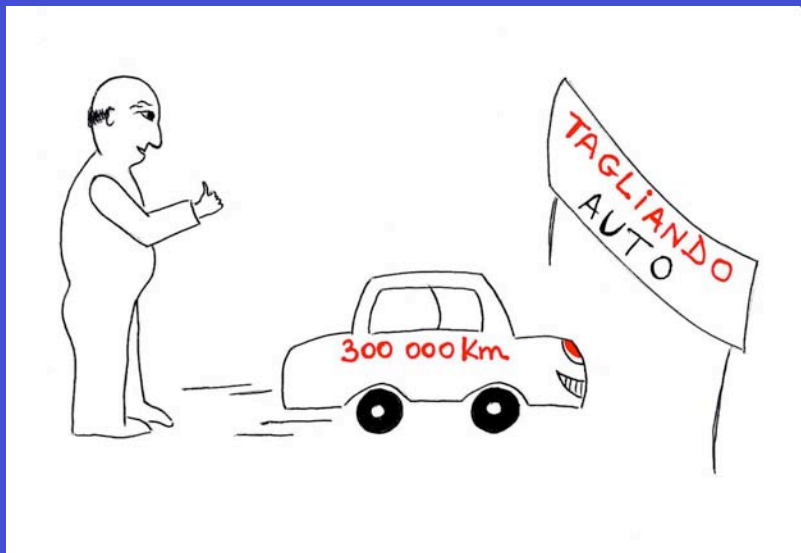
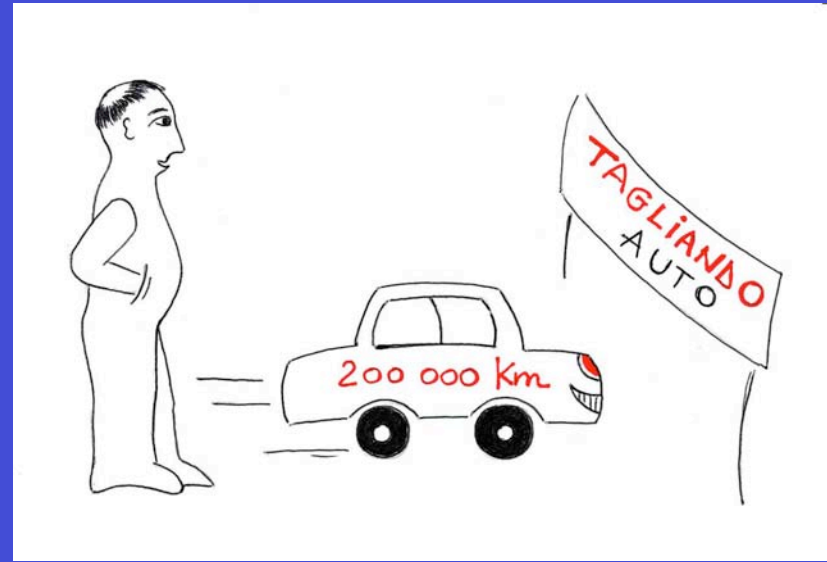
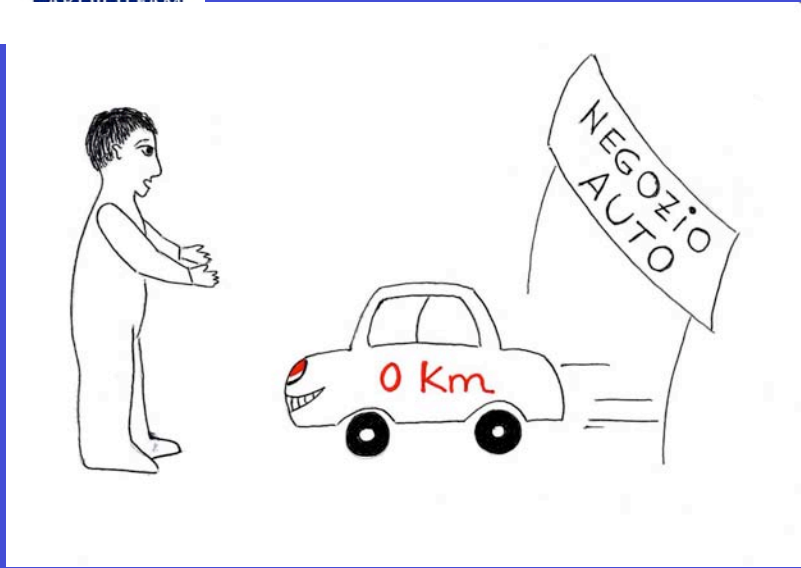
**Tac
cardiaca**



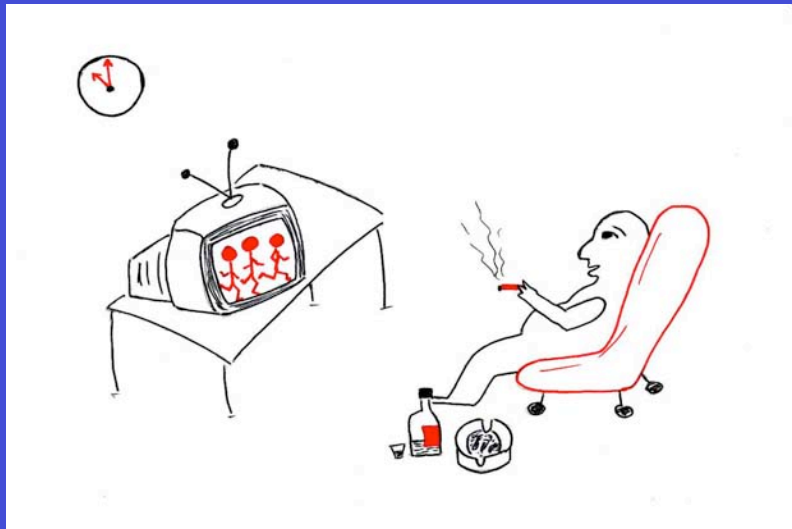
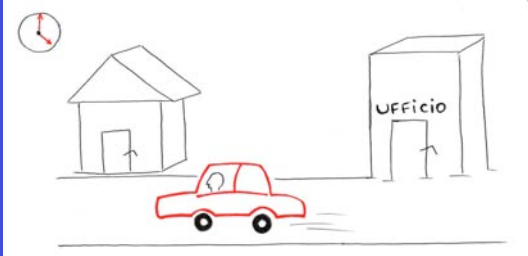
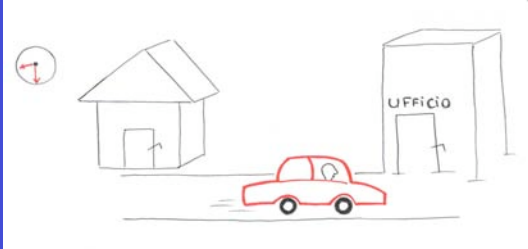


Stile di vita del

Sig. Rossi



Stile di vita del **Sig. Rossi**

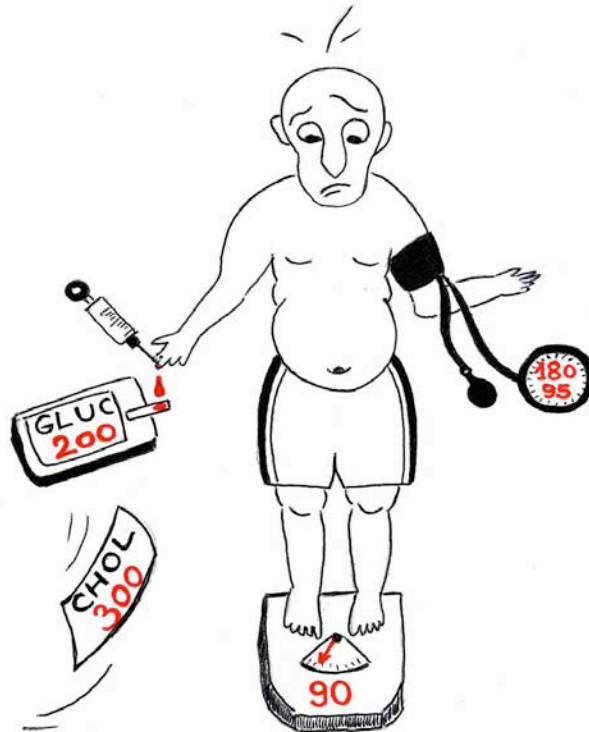


Stile di vita del

Sig. Rossi



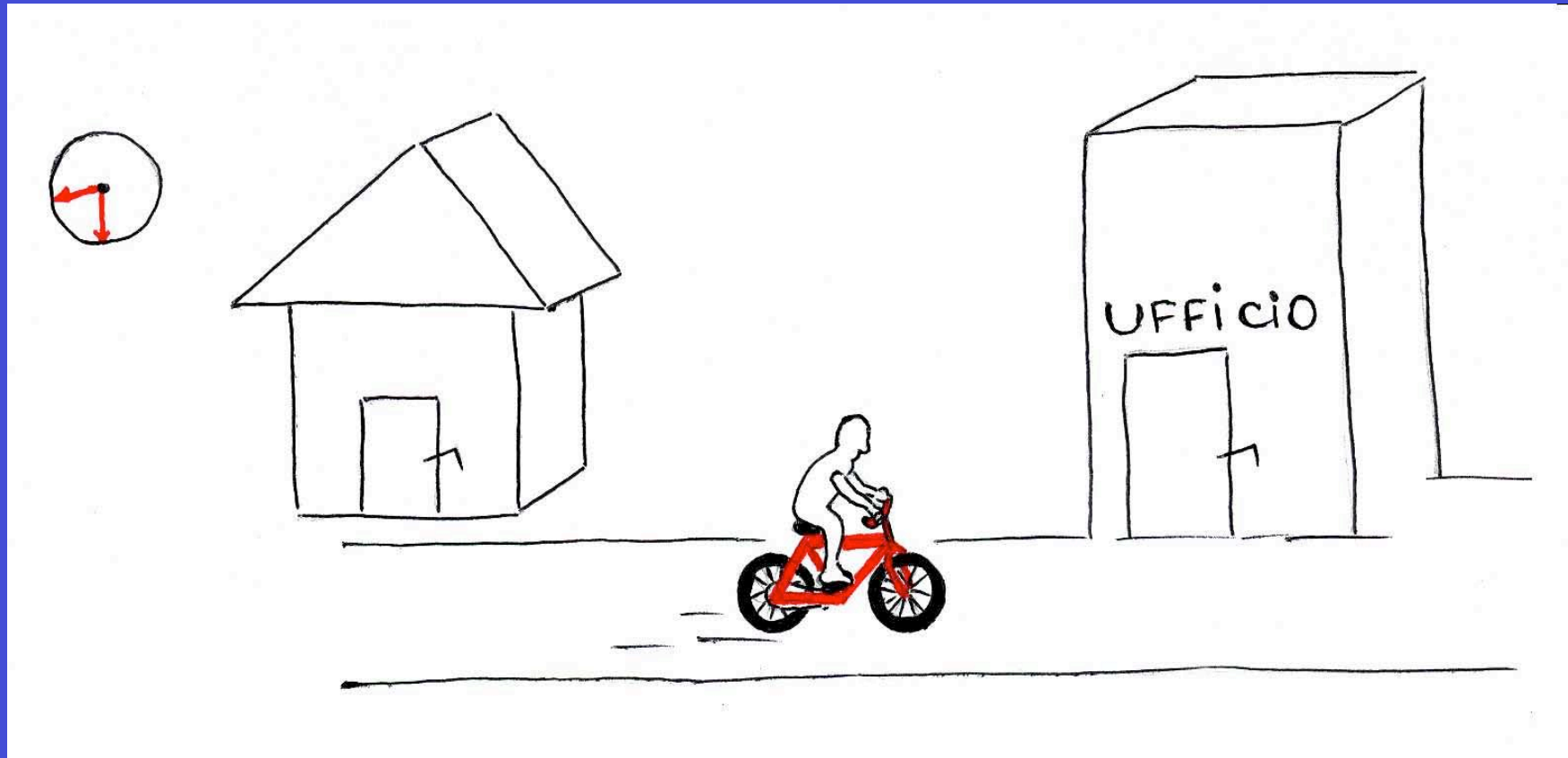
**Fattori di rischio per
Infarto ed Ictus**



- Ipertensione
- Colesterolemia
- Fumo
- Diabete
- Obesità

Stile di vita del

Sig. Bianchi



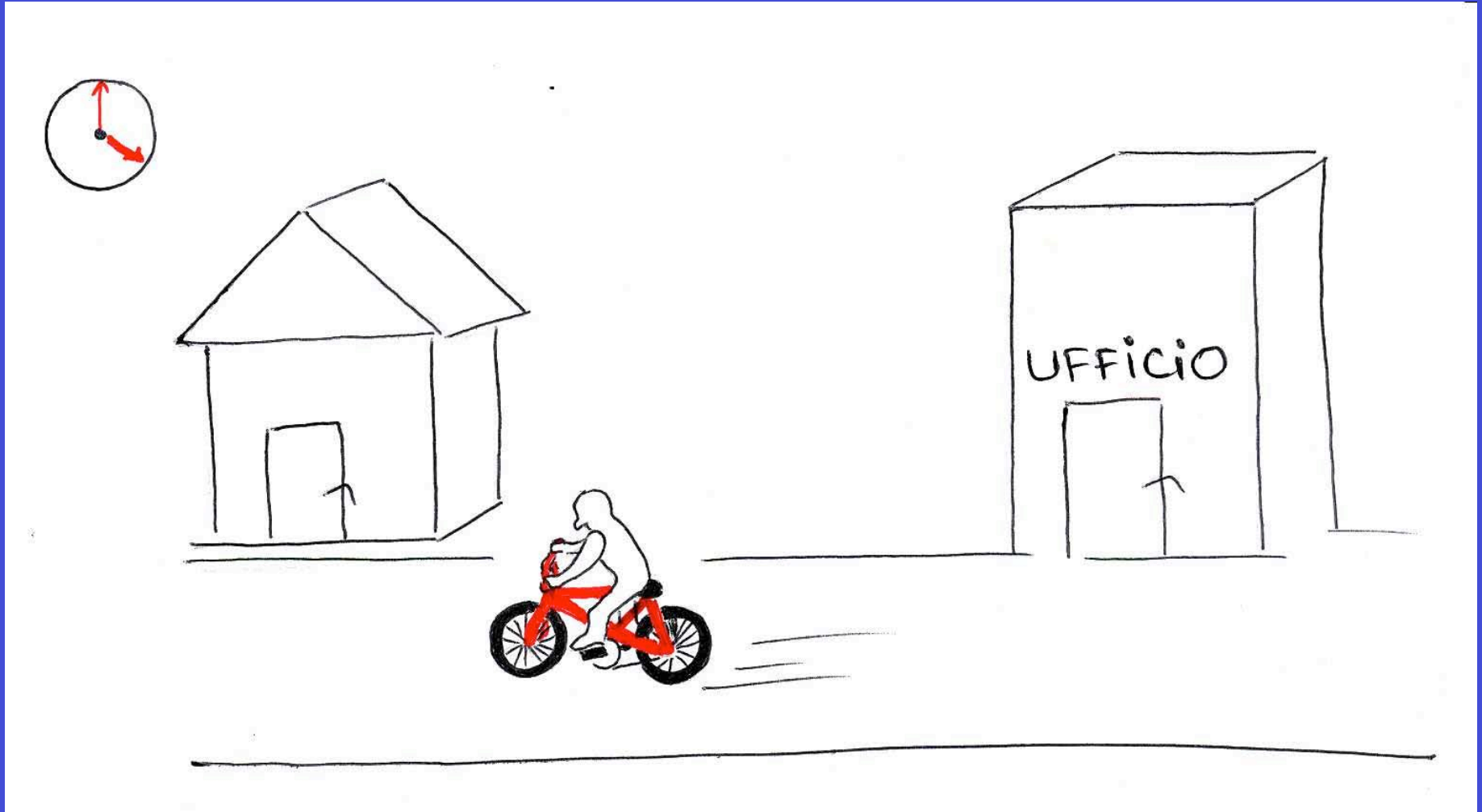
Stile di vita del

Sig. Bianchi



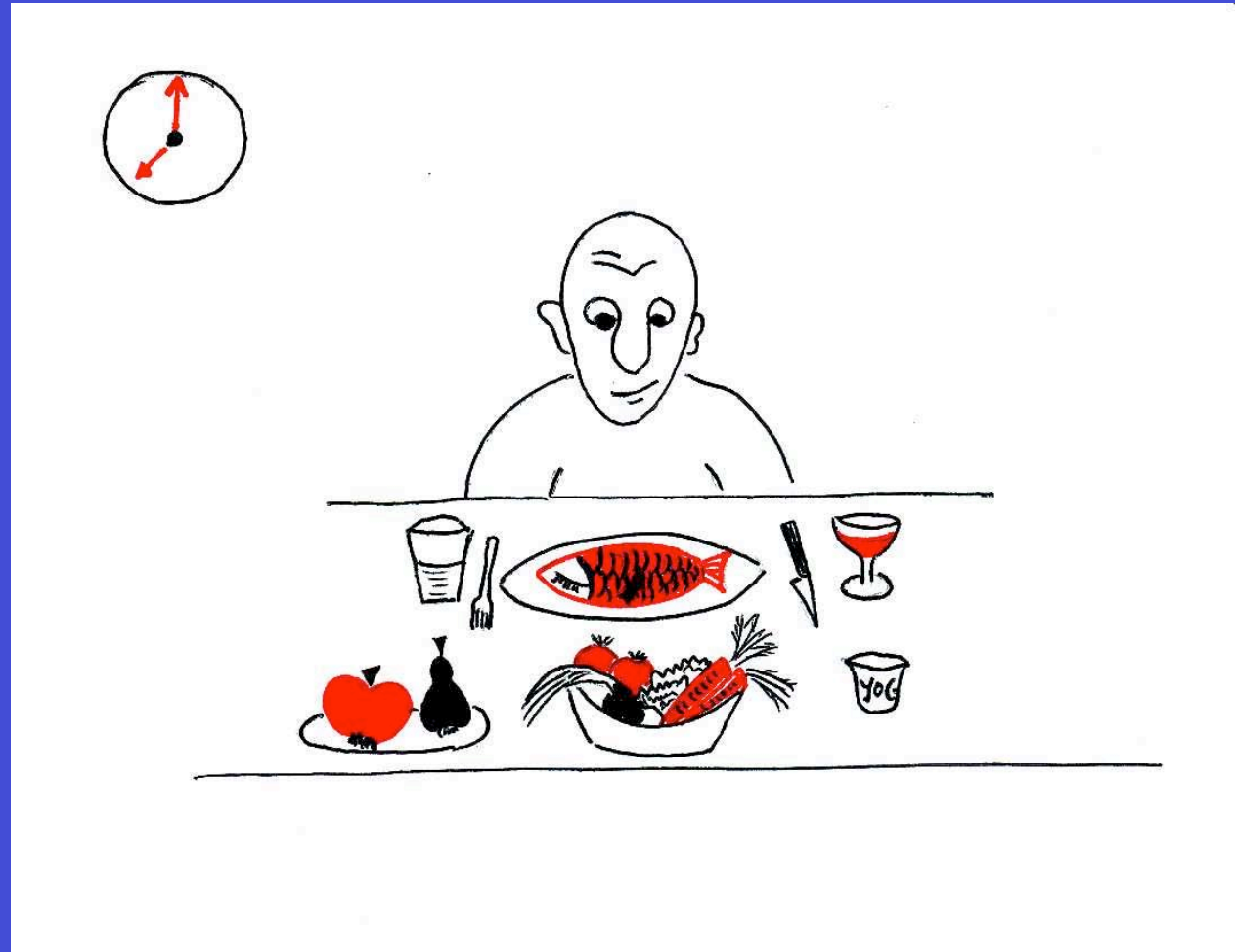
Stile di vita del

Sig. Bianchi



Stile di vita del

Sig. Bianchi



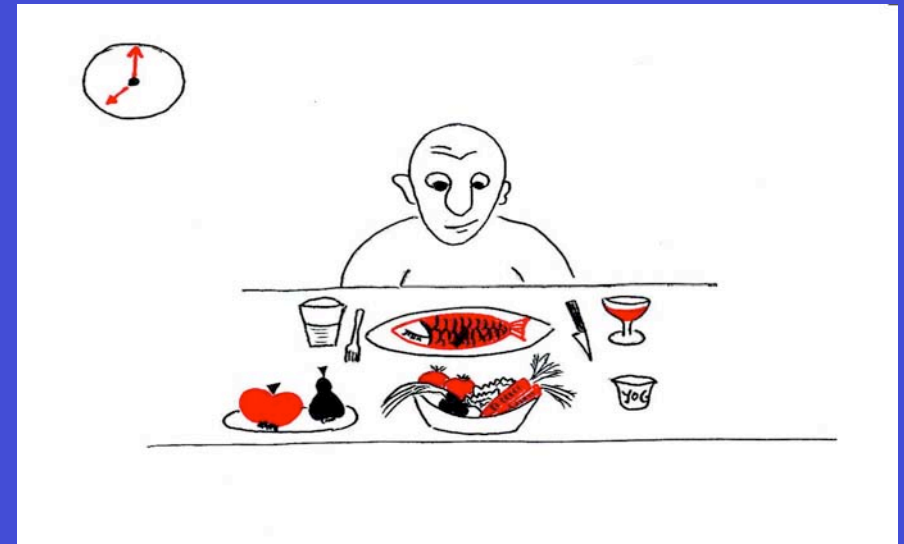
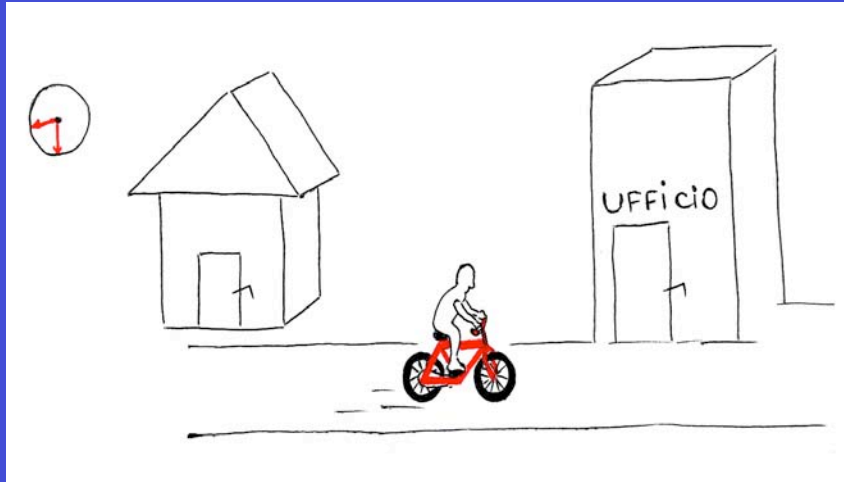
Stile di vita del

Sig. Bianchi



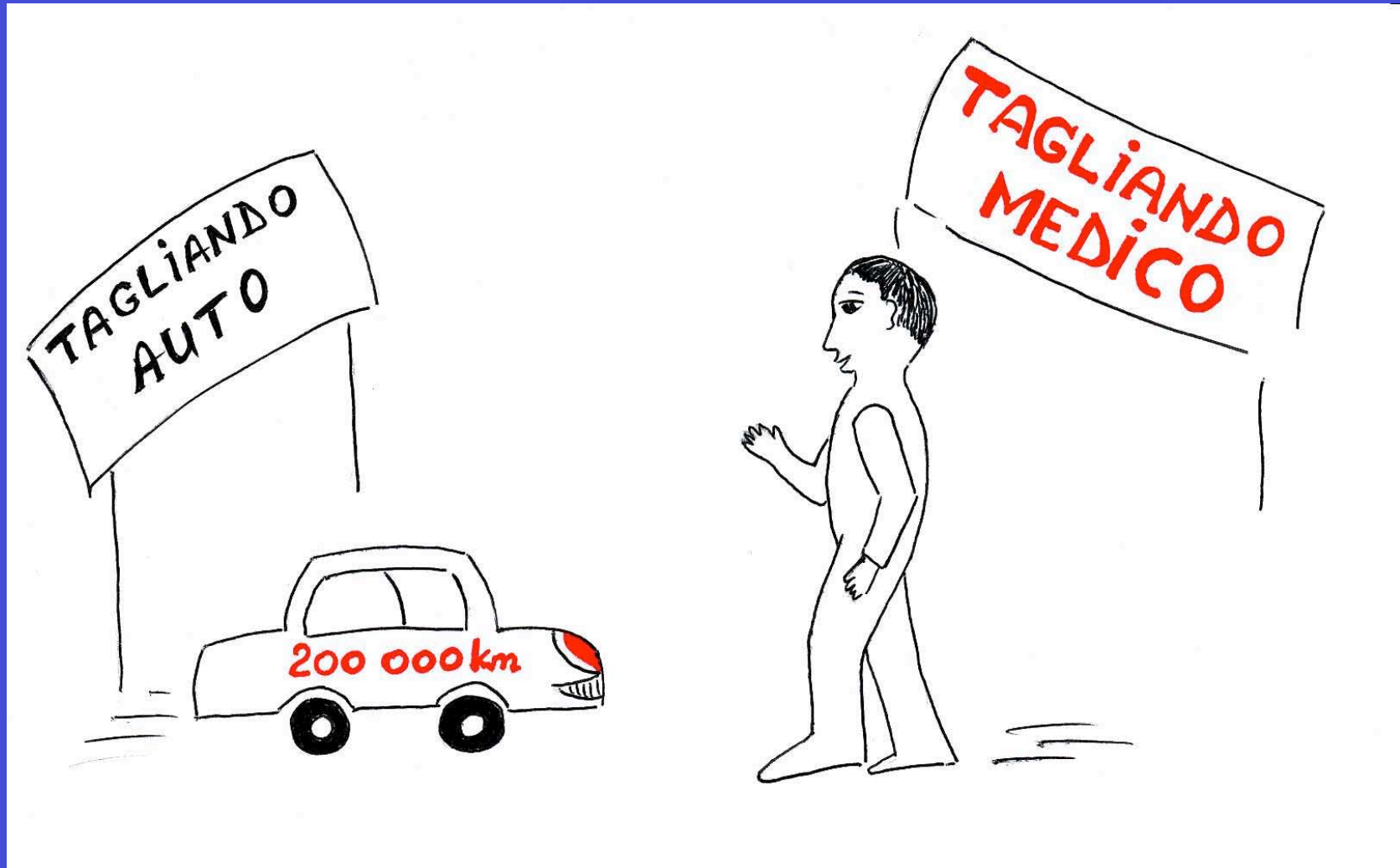
Stile di vita del

Sig. Bianchi



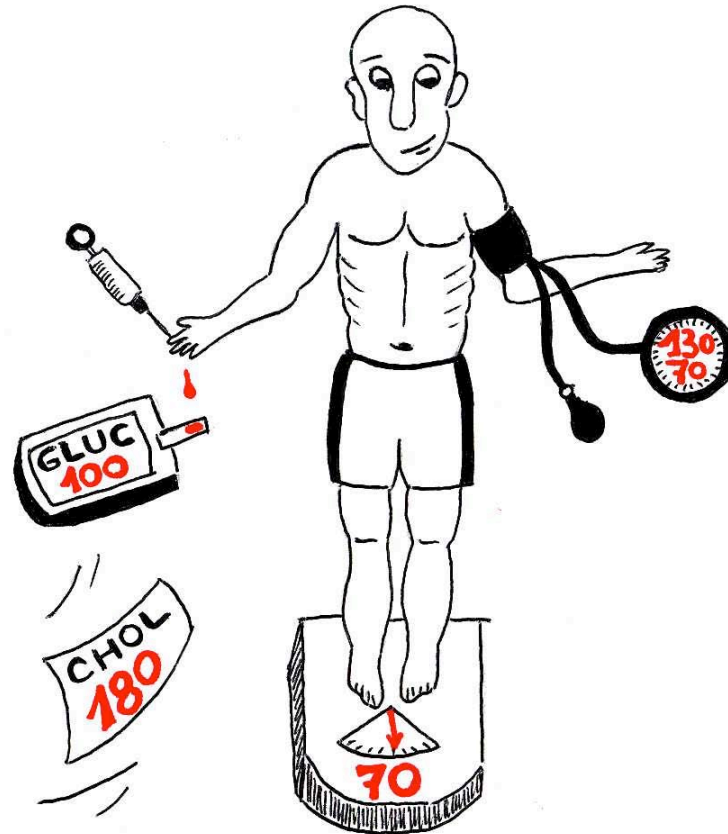
Stile di vita del

Sig. Bianchi



Stile di vita del

Sig. Bianchi



Stile di vita del

Sig. Bianchi



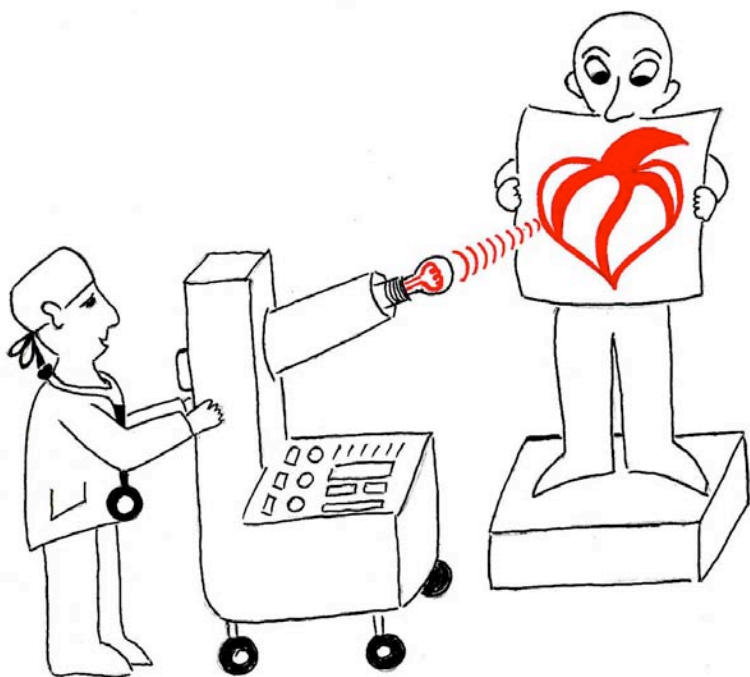
Stile di vita del

Sig. Bianchi

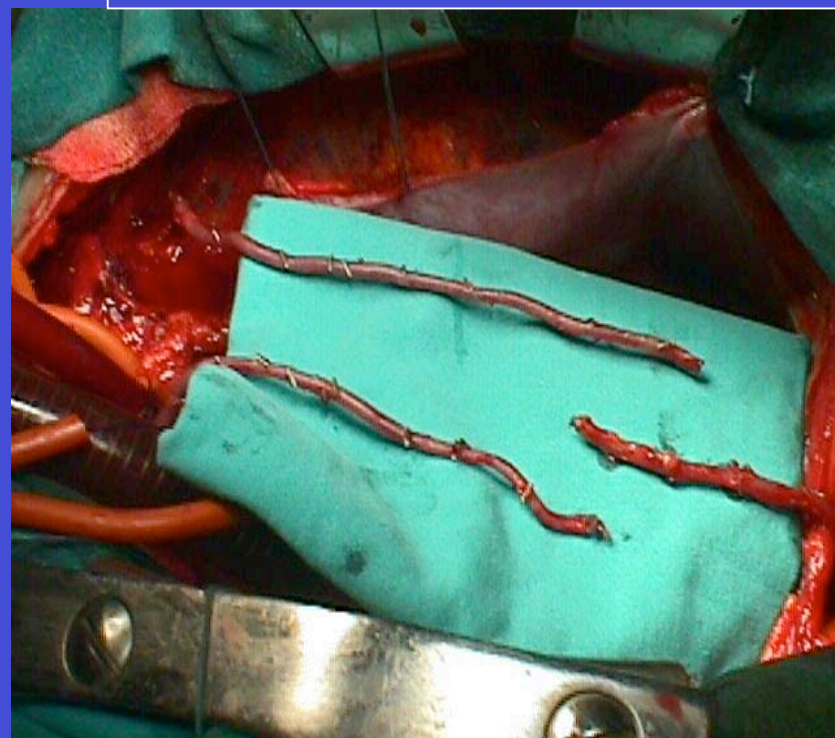


Stile di vita del

Sig. Bianchi



Coronarie sane



Infarto e Ictus si possono evitare!!!

- 1) Alimentazione
- 2) Abolizione del fumo
- 3) Controllo di
 - * pressione arteriosa
 - * diabete (glicemia)
 - * obesità
- 4) Stile di vita

Infarto e Ictus si possono evitare!

1) Alimentazione

2) Abolizione del fumo

3) Controllo di

- * pressione arteriosa

- * diabete (glicemia)

- * obesità

4) Stile di vita



Infarto e Ictus si possono evitare!

**“Lascia che il cibo sia una medicina
e curati attraverso l'alimentazione”**

IPPOCRATE 400 a.C.

**“Un'alimentazione intelligente consente
una riduzione degli infarti, ictus e tumori”**

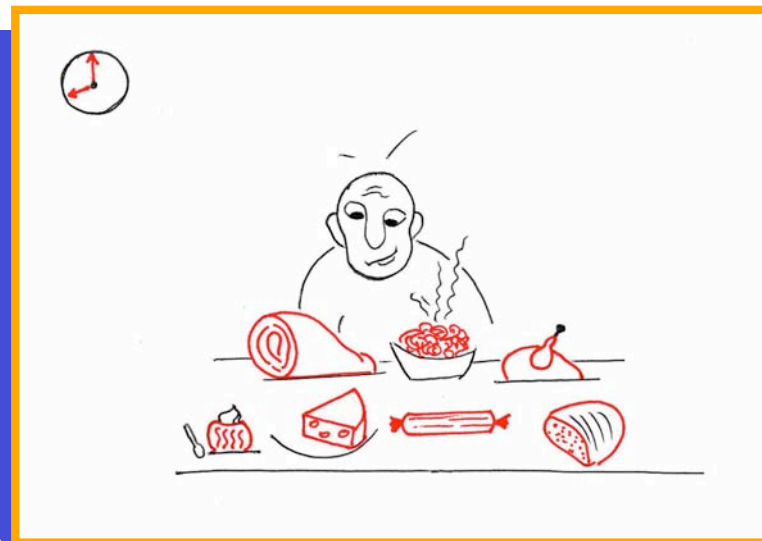
Smith. British Medical Journal 2004 d.C.

Infarto e Ictus si possono evitare!

- 1) Eliminare il sale
- 2) Ridurre pasta e riso e solo integrali
- 3) Mangiare:
 - Pesce
 - Frutta e verdure crude
 - Olio extra vergine di oliva
 - Formaggi magri

NO:

**Burro; Lardo; Salami; Grassi;
Fritti; Carne**



Infarto e Ictus si possono evitare!

Dr. Ornish

Preventive medicine research USA

Regressione delle Stenosi >> farmaci

Lancet 1990

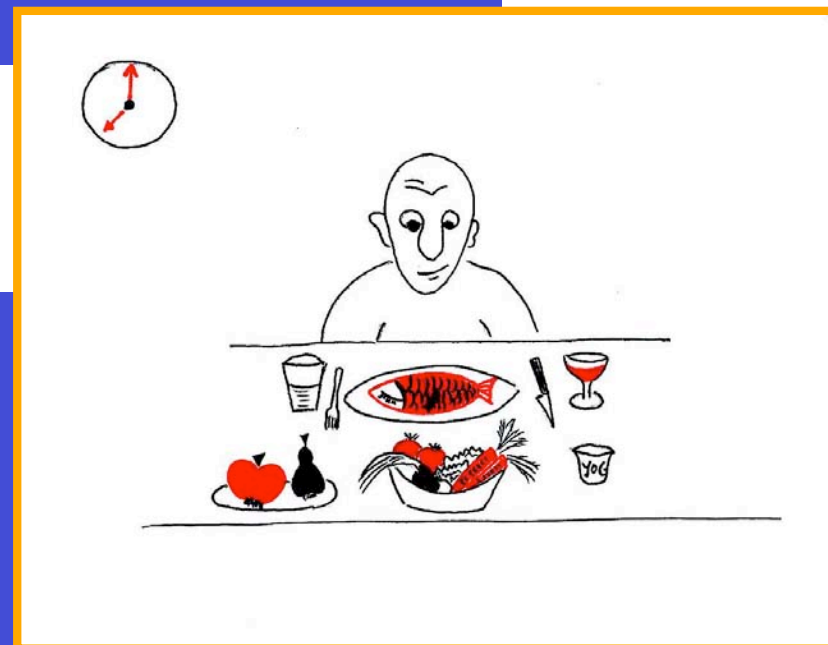
Dr. Caldwell

Dieta vegetariana:

Con 10% di grassi

previene lo sviluppo

delle Malattie coronariche





Infarto e Ictus si possono evitare!

Dieta mediterranea antiossidante

Dieta ricca di sostanze che proteggono le cellule dall'invecchiamento e mantengono le arterie "pulite"

Infarto e Ictus si possono evitare!

- 1) Alimentazione
- 2) Abolizione del fumo**
- 3) Controllo di
 - * pressione arteriosa
 - * diabete (glicemia)
 - * obesità
- 4) Stile di vita

Infarto e Ictus si possono evitare!

Il fumo è il killer n°1



Maggiore fattore di rischio per l'infarto
Negli USA 350.000 morti/anno
170.000 per infarto 120.000 cancro

Riduce la vita di 5-8 anni

Ogni sigaretta 5 min _

Raddoppia il rischio di morte improvvisa

Infarto e Ictus si possono evitare!

- 1) Alimentazione
- 2) Abolizione del fumo
- 3) Controllo di**
 - * **pressione arteriosa**
 - * diabete (glicemia)
 - * obesità
- 4) Stile di vita



Infarto e Ictus si possono evitare!

Ipertensione

=

**Pressione arteriosa supera i valori di
130 max 85 min**

- 1) Riduzione del sale (yanomani. Papua)
- 2) Esercizio fisico
- 3) Riduzione del peso corporeo
- 4) Aumentare il potassio (frutta e verdura)

Infarto e Ictus si possono evitare!

Alimentazione ricca di potassio
Riduce l'ictus del 36%
Harvard



**Alimentazione ricca di
frutta e verdura**

Infarto e Ictus si possono evitare!

Ipertensione

=

**Pressione arteriosa supera i valori di
130 max 85 min**

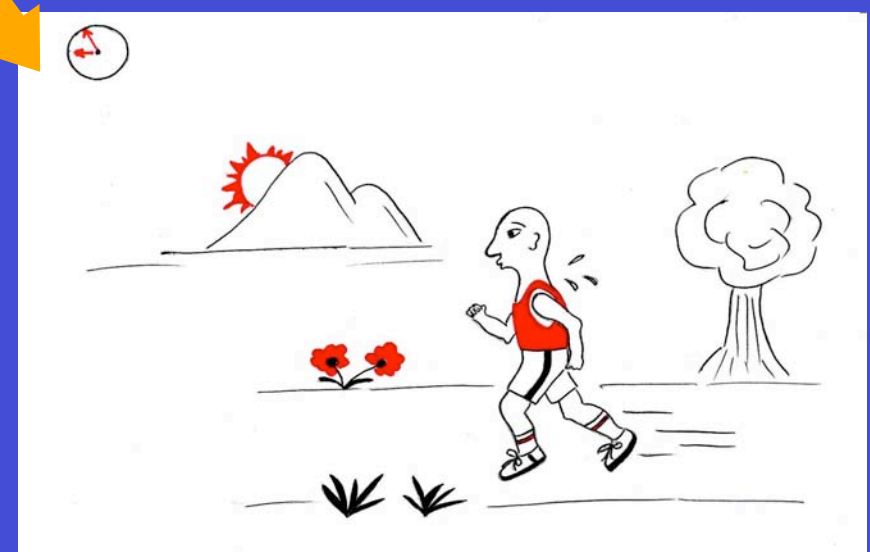
- 1) Riduzione del sale (yanomani. Papua)
- 2) Esercizio fisico
- 3) Riduzione del peso corporeo
- 4) Aumentare il potassio (frutta e verdura)

Infarto e Ictus si possono evitare!

- 1) Alimentazione
- 2) Abolizione del fumo
- 3) Controllo di**
 - * pressione arteriosa
 - * **diabete (glicemia)**
 - * **obesità**
- 4) Stile di vita

Infarto e Ictus si possono evitare!

**Mantenersi in salute
è meglio
che curarsi**



Grazie per l'attenzione





Contatti

Marco Diena

Presidente Cardioteam Foundation onlus

presidente@cardioteamfoundation.org

www.cardioteam.it

Cardiochirurgo Clinica San Gaudenzio – Novara

www.clinicasangaudenzio.com