

Carla B.

ASCOLTATE IL VOSTRO CUORE!

Carla non aveva mai sofferto di cuore e conduceva una vita regolare. Ma una mattina si è sentita improvvisamente molto affaticata...

di Valentina Schenone

È iniziato tutto qualche giorno prima della corsa al Pronto Soccorso: Carla B., (un nome di fantasia per rispetto della privacy della nostra splendida 63enne e della sua amata nipotina!), aveva mangiato un po' più del solito e poi non era stata bene. Mentre vomitava, ha sentito una forte fitta che andava dalla schiena al petto. *"È stata brevissima, ma lancinante, come una coltellata. Contemporaneamente ho avuto un formicolio al braccio sinistro, che avevo appoggiato al muro per sorreggermi. Ho pensato fosse un problema di circolazione e alla fitta, in quel momento, non ho fatto troppo caso"*.

Carla non aveva mai sofferto di cuore. Conduceva una vita regolare: da quando era andata in pensione si divideva tra la casa, la nipotina e le mille incombenze quotidiane. Quella mattina si è messa a letto, come avrebbe fatto chiunque: sarebbe dovuta andare dalla figlia per badare alla bambina, ma proprio non se l'è sentita.

"Avevo molto freddo e sudavo, mi sentivo molto affaticata".

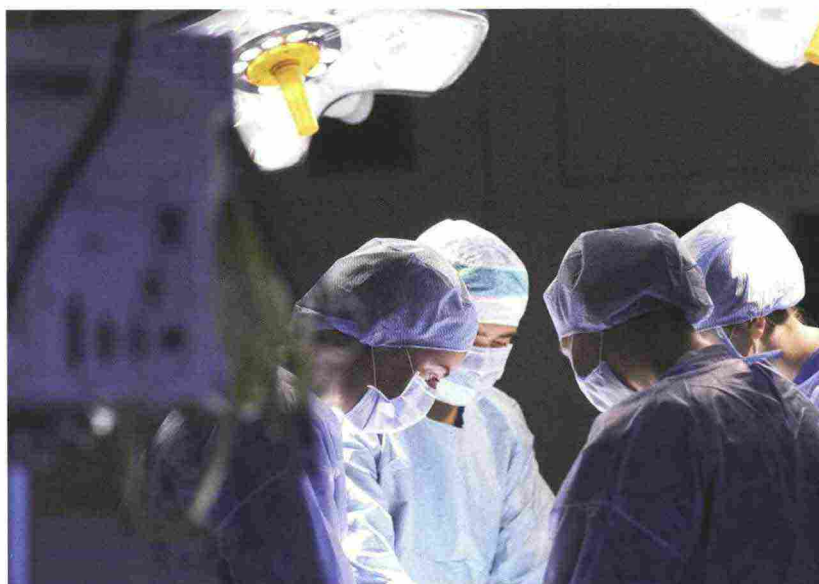
Una volta passato il forte malessere, la donna è tornata alla vita di sempre. Il suo medico le aveva prescritto un elettrocardiogramma, che lei è andata a prenotare alla Asl. Qualche giorno dopo, però, Carla si è sentita di nuovo molto stanca. *"Avevo solo voglia di sdraiarmi. Ma si sa come succede... Mi sono detta che non era niente. Ho continuato a svolgere la solita vita, dovevo prenotare delle visite mediche per mia madre, in quei giorni c'è stato il mio compleanno e l'ho trascorso a Genova, tra i carruggi. Al rientro ho persino guidato perché mi sentivo un po' meglio..."*. Di sera, però, tornano il senso di oppressione alla bocca dello stomaco e la sensazione di non aver digerito.

"Non è niente, una congestione..." dice ancora una volta Carla tranquillizzando i suoi familiari. Ma

alla fine si fa convincere – per fortuna – a recarsi al Pronto Soccorso dell'IRCSS Centro Cardiologico Monzino di Milano, una struttura ospedaliera all'avanguardia specializzata nelle malattie cardiovascolari. *"Stavo così bene... che mi sono ritrovata dapprima in terapia intensiva, poi ricoverata e poi operata! Il mio cuore aveva fatto i capricci..."*.

UNA NUOVA VITA

Carla viene ricoverata, monitorata per circa un mese e poi sottoposta a un delicato intervento chirurgico. *"Una volta dimessa, ho scelto di andare in una struttura convenzionata col Cardiologico Monzino per il periodo di riabilitazione. A casa sarebbe stato molto impegnativo: dovevo assicurare la presenza fissa di un'altra persona, un impegno per la mia famiglia e un rischio che ho preferito non correre. Nella struttura specializzata, ogni giorno eseguivo esercizi di ginnastica respiratoria e movimento fisico su tapis roulant o cyclette. Sono rimasta là per tre settimane"*.



Attualità ● storie di salute

Ora Carla sta bene. Ma la sua vita è molto cambiata. Si prende più cura di se stessa e vive ogni situazione con maggior tranquillità.

Aveva già avuto sintomi che facessero pensare a problemi cardiovascolari?

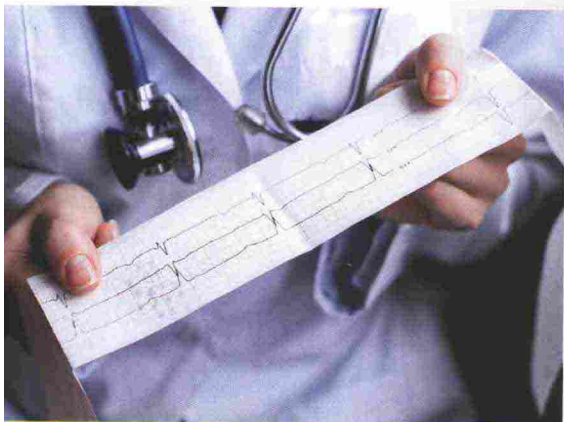
"Avevo avuto episodi di palpitazioni in gravidanza e mi ero sottoposta a elettrocardiogramma, ma non era emerso nulla di particolare. Mi è poi ricapitato in alcuni momenti particolarmente stressanti sul lavoro o di tensione. Ma non si sa se si può ricondurre quello che mi è successo di recente ai vecchi episodi di palpitazioni".

Com'era la sua vita prima dell'intervento? E com'è cambiata?

"Facevo un lavoro dinamico e con diverse responsabilità. L'impegno era sia intellettuale sia fisico. Nel tempo libero, mi piaceva camminare in montagna, andare in bicicletta e occuparmi del mio orto; dal 2002 seguivo costantemente lezioni di yoga due volte a settimana. La respirazione yogica mi ha aiutata molto in ospedale e durante la riabilitazione a gestire l'ansia dopo la terribile diagnosi, il nervosismo per non riuscire a dormire a causa della posizione in cui ero costretta per via del taglio allo sterno. Ora la mia vita è cambiata molto: ho rallentato i ritmi, dalla nipote vado due volte alla settimana, cammino e mi dedico ai miei hobby. Ho imparato a non fare tutto da sola, ma a delegare ad altri e prendere i miei spazi. Per quanto riguarda l'attività fisica, cammino mezz'ora al giorno ed eseguo alcuni esercizi che mi hanno indicato. Mangio senza sale, meno carne per evitare il colesterolo, insomma seguo i consigli degli specialisti".

Che messaggio darebbe alle altre donne per evitare, quando possibile, che possa capitare loro quanto è accaduto a lei?

"Vorrei dire di non sottovalutare la prevenzione, per cui sottoporsi a visite specialistiche ed elettrocardiogramma o esami specifici indicati dai medici. Poi, importantissimo, di prendersi cura di se stesse: nella nostra vita frenetica, ci dimentichiamo di noi. Io mi preoccupavo dei miei tre figli, di portare a termine i doveri quotidiani. Ma così ho tralasciato i miei sintomi".



Il commento dei medici

Un lavoro di squadra ben riuscito!

Dopo la menopausa, il rischio per le donne di contrarre malattie cardiovascolari diventa pari a quello maschile

di Valentina Schenone

Con al consulenza del prof.

MARCO ZANOBINI,



cardiочirurgo presso l'Unità di Cardiочirurgia, IRCSS Centro Cardiologico Monzino.

E con la consulenza della dott.ssa

IVANA MARANA,



cardiologa dell'Unità di Terapia Intensiva Cardiologica, IRCSS Centro Cardiologico Monzino.

Il caso di Carla B. è stato "fortunato": non sempre la malattia ha sintomi così evidenti e a volte si rischia di intervenire troppo tardi. La paziente si è presentata al Pronto Soccorso del Centro Cardiologico Monzino con dolore al dorso irradiato alla parte toracica anteriore, dopo episodi di cardiopalmo e un'alterazione della sensibilità dell'arto superiore sinistro. Il medico del Pronto Soccorso l'ha sottoposta a **elettrocardiogramma**, che ha evidenziato alterazioni di carattere ischemico. Dalla **valutazione biochimica** (esame utile per determinare se vi sia stato un attacco cardiaco o dei danni al miocardio) è emerso un sospetto episodio ischemico coronarico. Dall'**ecocardiogramma** è risultata una stenosi della valvola mitralica. In sostanza, c'erano i sintomi di una doppia malattia, a livello coronarico e mitralico. I sintomi che Carla B. aveva presentato, e che ci hanno permesso un rapido inquadramento della malattia, non sono presenti in ogni caso: il 10% dei pazienti non ha sintomi.

Carla B. è stata quindi trasferita all'**Unità Intensiva Coronarica** dove è stata sottoposta ad altri accertamenti specialistici: un nuovo ecocardiogramma ha confermato la stenosi mitralica e l'ipocinesia della parte anteriore del cuore, la **coronarografia** ha evidenziato lesioni ostruttive coronariche a carico della coronaria interventricolare anteriore. Effettuata la diagnosi, si è riunito l'**Heart Team**, l'équipe di specialisti che stabilisce il percorso più adatto per ciascun paziente: per favorire il recupero del cuore dopo il danno ischemico di cui Carla B. aveva sofferto, abbiamo deciso di sottoporla a intervento chirurgico dopo un periodo di "riposo", durante il quale proseguiva il monitoraggio. Solo così, infatti, una volta passato il momento acuto, si può fare una valutazione corretta della patologia e del miglior indirizzo terapeutico.

www.piusanipiubelli.it