

**Cardiologia**

**DA COSA DIPENDE IL GONFIORE ALLE GAMBE?  
È VERO CHE PUÒ ESSERE LA SPIA  
DI UN PROBLEMA SERIO A CUORE O POLMONI?**



**Risponde**  
Luca Dainese,  
Cardiologo,  
Unità  
Operativa  
Chirurgia  
Vascolare e  
Endovascolare,  
Centro  
Cardiologico  
Monzino  
IRCCS,  
Milano

*Le mie gambe ultimamente sono diventate più gonfie. Ho sentito che a volte questo disturbo può essere la spia di un problema cardiovascolare. È davvero così?*

Il gonfiore alle gambe è un problema molto diffuso, che coinvolge sia uomini, sia donne e che, soprattutto con il passare degli anni, può essere espressione di patologie importanti.

Certamente è normale avere le gambe gonfie dopo molte ore trascorse in piedi o dopo essere stati seduti a lungo oppure durante la stagione calda, però quando il disturbo tende a essere persistente può essere la spia di malattie cardiache o vascolari.

L'accumulo di liquidi specie se presente fin dal mattino può infatti essere determinato da un'insufficienza cardiaca. In genere entrambe le gambe sono gonfie e si accusano anche affaticamento o mancanza di fiato con un aumento della frequenza dei battiti del cuore. Il gonfiore è dovuto al fatto quando il cuore pompa meno bene il sangue fatica a circolare e ri-

stagna in gambe e caviglie,

Si verifica quindi un passaggio di liquidi ai tessuti, che diventano gonfi e basta premerli con un dito per veder comparire un'impronta.

Il gonfiore nelle gambe però non è solo indice di un'insufficienza cardiaca.

In molti casi può comparire anche per un'insufficienza venosa, che spesso affligge chi rimane per anni, e per molte ore in piedi, per motivi lavorativi.

Lo sfiancamento della parete delle vene, o delle valvole presenti lungo le vene stesse, può dilatarle con il rischio di provocare infiammazioni - le cosiddette *flebiti* - oppure, nei casi più gravi, il sangue può ristagnare nelle vene più profonde generando coaguli - *trombosi venosa profonda* - dai quali si possono staccare frammenti che possono arrivare al cuore e quindi ai vasi dei polmoni.

In questo caso l'occlusione di uno o più vasi polmonari determina un'embolia polmonare, la cui mortalità entro trenta giorni dalla diagnosi è superiore al 10 per cento. Poiché nella maggioranza dei

casi l'embolia del polmone è causata da una trombosi venosa degli arti inferiori, è molto importante una diagnosi precoce, purtroppo si tratta di una diagnosi non facile perché il paziente con embolia polmonare può presentare sintomi simili a quelli di un infarto al cuore o di una patologia polmonare differente o di una patologia cronica ostruttiva.

L'embolia polmonare si presenta generalmente con dolore toracico, mancanza di respiro o fiato corto, palpitazioni con accelerazione del battito cardiaco, mancanza di forze e svenimento, febbre, sudorazione, sangue nell'espettorato, dolore se si inspira profondamente.

È bene però ricordare che le gambe si possono gonfiare anche a causa di malattie renali, epatiche o tiroidee, infiammatorie o come conseguenza dell'assunzione di farmaci.

È dunque importante capire la causa del gonfiore attraverso una visita dallo specialista che in relazione ai sintomi eventualmente associati, indicherà quali esami è

più opportuno eseguire.

Se l'unico sintomo è il gonfiore agli arti, basterà sottoporsi a un ecocolordoppler venoso alle gambe. Se invece si sospetta una patologia cardiaca, si dovranno effettuare degli esami del sangue, un ecocardiogramma, un elettrocardiogramma holter e una radiografia standard del torace.

In relazione al tipo di patologia si valuterà poi la terapia.

In caso di insufficienza venosa, lo specialista vascolare prescriverà una terapia compressiva con calze elastiche oppure, se le vene sono varicose presentano un deficit severo, si valuterà l'intervento chirurgico.

Se c'è il sospetto che il gonfiore sia dovuto a un deficit della funzione di pompa del cuore, confermato dagli esami non invasivi indicati sopra (ecocardiogramma, ecg Holter, rx torace) lo specialista prescriverà una terapia medica e valuterà l'esecuzione di ulteriori accertamenti in ambito ospedaliero. In presenza di patologie cardiache significative (ad esempio delle valvole e/o delle coronarie) si procederà al loro trattamento che potrà essere chirurgico e/o endovascolare.

La prevenzione, ancor più nel caso di gonfiore per insufficienza venosa, è fondamentale. Uno stile di vita attivo, l'attenzione a non accumulare peso, una dieta ricca di fibre, l'uso di calze elastiche se si stia in piedi molte ore, possono infatti aiutare a prevenire lo sfiancamento delle vene.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

