



## Vene e Trombosi

***E'** giusto ogni tanto chiedersi se quello che si è scelto di fare sia giusto, oppure no. Ma che **cosa vuol dire "giusto"**?*

*E' giusta un'azione necessaria e buona, della quale qualcuno ha bisogno per stare meglio? E' giusta per chi la fa o per chi ne trae beneficio?*

*Quale prezzo si deve pagare per fare qualcosa che si ritiene giusto?*

*E' troppo alto rispetto al risultato che raggiungeremo?*

*Parlare di **Trombosi** vent'anni fa sembrava stravagante:*

*oggi sappiamo che era, ed è, **giusto e necessario.***

*La parola Aterosclerosi sempre più spesso si trasforma in **Aterotrombosi Cardiovascolare**, per decisione interdisciplinare, d'ora in avanti indicherà **tutte le malattie del sistema circolatorio**, non solo quelle del cuore.*

*Trombosi delle **arterie** e Trombosi delle **vene**:  
sono identiche?*

*Mentre gli scienziati e i clinici discutono e si mettono d'accordo, noi siamo arrivati alla conclusione che il **nostro lavoro è giusto.***

***Per voi**, che avete scelto di seguirci, di leggerci, di sostenerci. E per coloro che vivono accanto a voi, e ai quali volete bene.*

*Il Presidente  
Lidia Rota Vender*

**In questo numero:**

<i>Trombosi ed Embolia</i>	2
<i>Le Gemme</i>	16
<i>Una finestra sull'Europa</i>	18
<i>Lavori in corso</i>	19

# Trombosi ed Embolia

***Che cosa sono le vene?***

Sono vasi che portano il sangue **dalla periferia al cuore**: è sangue sporco, carico di scorie e povero di ossigeno, che il cuore, come una pompa, spedisce nei polmoni, a ripulirsi. Senza la **spinta** del cuore il sangue si fermerebbe, e in pochi minuti sarebbe completamente **coagulato**.

***Perché il sangue è rosso?***

Perché contiene l'**Emoglobina**, una proteina "rossa" che trasporta il **ferro**: il ferro si carica sulle spalle l'ossigeno da portare alle cellule. Quanto più il sangue è **ossigenato**, tanto più è **rosso vivo**.

Nelle persone che hanno l'**anemia** (pochi globuli rossi e/o poco ferro), il sangue è rosso ma più **trasparente**.

***Il sangue è sempre rosso?***

SI, ma quello che circola nelle **vene** è più **scuro** di quello che circola nelle **arterie**, perché contiene meno **ossigeno**.

***Perché il sangue è liquido?***

Perché deve **scorrere**, portando nutrimento e recuperando tossine e rifiuti (anidride carbonica) da smaltire attraverso gli organi filtro (ghiandole sudoripare, rene, fegato..) e i

polmoni. Se il sangue si ferma o rallenta la propria corsa nei vasi, **coagula**.

***Che cos'è un coagulo?***

E' una piccola quantità di sangue che da liquida diventa gel e poi crostosa.

***Perché si forma?***

Per una **buona intenzione**: per arrestare una emorragia, per guarire una ferita, o un tessuto infiammato o malato.

***Che cos'è un Trombo?***

E' un coagulo di sangue che si forma in un punto e in un momento in cui **non si sarebbe dovuto** formare.

***Quando si forma?***

Ci vogliono almeno **tre** condizioni, perché si formi un Trombo: che la circolazione del sangue **rallenti**, che ci sia uno **squilibrio** fra le sostanze pro e quelle anti-coagulanti, che ci sia il **contatto** del sangue con sostanze con le quali normalmente non entra in contatto.

***Come si forma?***

Le vene e le arterie sono tubi elastici, foderati all'interno da piastrelle (**endotelio**) aderenti le une alle altre: quando una ferita, un processo infiammatorio

rio o un virus interrompono la continuità della piastrellatura accorrono le **piastrine**: sono piccole cellule, anzi, frammenti di cellule, che si accumulano le une sulle altre, per fermare l'emorragia, cambiando forma, diventando sferiche e irte di spine, come il riccio di una castagna.

Attraverso le spine spruzzano nel sangue sostanze che richiamano i **fattori della coagulazione** a cementare e stabilizzare il coagulo.

### *Che cosa sono i fattori della coagulazione?*

Sono enzimi, o proteine, definiti con numeri romani (da I a XIII), che funzionano attivandosi l'un l'altro: come le tavolette del **domino**, che stanno in piedi una davanti all'altra, la prima cade e travolge la seconda, la seconda cade e travolge la terza e così via a cascata, finché cadono tutte.

### *Il coagulo si forma subito?*

NO, richiede **alcuni minuti**: è il frutto di un processo complesso, molto sofisticato, come quasi tutto in biologia e in medicina.

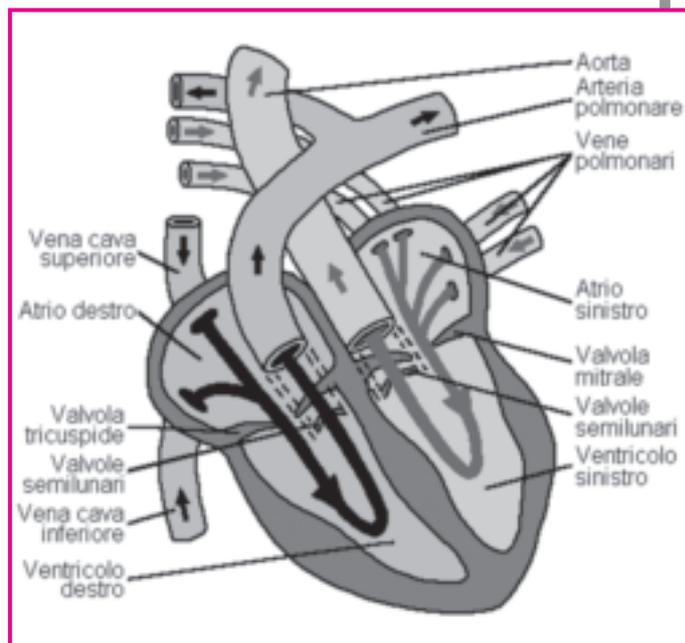
Mentre coagulano, i fattori **procoagulanti** vengono tenuti sotto controllo dagli **anticoagulanti**, che fanno la guardia affinché il processo non si estenda: ogniqualvolta un fattore della coagulazione attiva quello davanti, deve essere in grado di richiamare l'attenzione degli anticoagulanti, che tengono a bada il processo.

### *Perché il Trombo è dannoso?*

Perché blocca o rallenta la circolazione del sangue e l'arrivo dell'ossigeno alle cellule.

### *E' sempre grave?*

NO, dipende dal **tipo** di vaso in cui si forma, arteria o vena, dalla **dimensione** del vaso, grande, piccolo e a volte addirittura microscopico, dall'**importanza** delle cellule che rimangono senza ossigeno. Le cellule soffro-



no sempre, ma in modo diverso. Se il Trombo si forma in un'**arteria** blocca l'arrivo dell'ossigeno, se si forma in una **vena** impedisce al sangue di defluire e infarcisce le cellule, che rimangono affogate in un sangue incapace di nutrirle.

La gravità dipende anche dal **tipo** di Trombosi, completa o parziale, e dalla **rapidità** con cui il Trombo si scioglie, dal fatto che sia la **prima volta** che si manifesta oppure che si tratti di una recidiva, dal fatto che si **frammenti** e lasci partire Emboli.

### *Quali tipi di Trombosi esistono?*

Due: arteriosa e venosa.

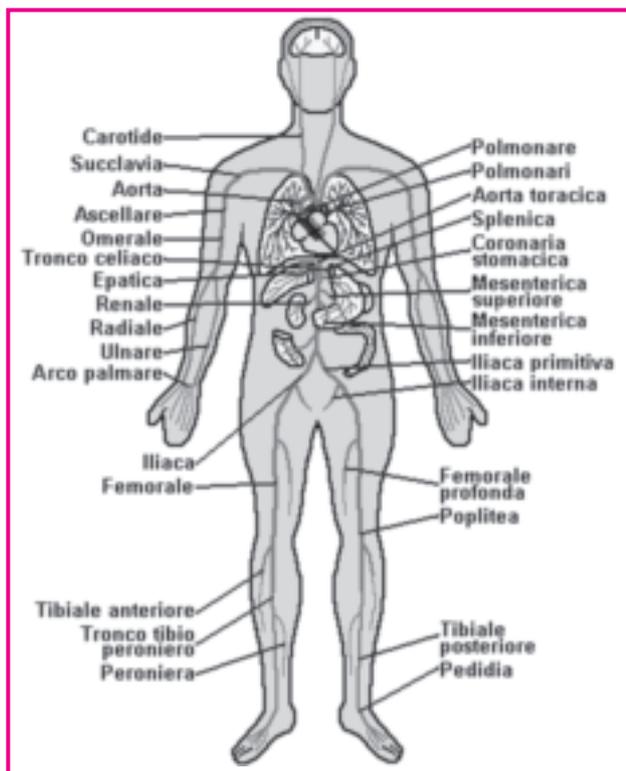
### *Quale è più grave?*

Di solito la Trombosi arteriosa, perché la mancanza di ossigeno fa morire le cellule rapidamente per soffocamento.

### *La Trombosi è una malattia?*

NO, è il fenomeno che provoca la malattia, anzi **le malattie**, malattie diverse che prendono nome dall'organo colpito.

Per esempio la Trombosi coronarica provoca un Infarto del miocardio, la Trombosi cerebrale provoca l'Ictus.



### ***E la Trombosi venosa?***

Se colpisce braccia o gambe viene definita **Trombosi Venosa Superficiale (TVS)**, comunemente chiamata flebite o tromboflebite, oppure **Trombosi Venosa Profonda (TVP)**. Se colpisce altri organi viene definita con il nome dell'organo colpito: Trombosi retinica (retina=occhio), cerebrale, splenica (milza), renale, intestinale, ovarica, peniena...

### ***La Trombosi venosa può guarire da sola?***

SI, a volte.

La Trombosi ha una sua storia naturale: una volta formatasi, può **sciogliersi** da sola, oppure **estendersi** all'interno del vaso colpito (nelle vene il sangue va dalla periferia al cuore, quindi anche il Trombo si estende verso il cuore) oppure **frammentarsi** seminando nel sangue circolante piccoli o grandi Emboli che, una volta raggiunto il cuore, proseguono verso il polmone, dove attraverso le arterie polmonari raggiungeranno un ramo tanto piccolo da poter essere ostruito, provocando un'**Embolia** polmonare o un **Infarto** polmonare.

### ***Perché la Trombosi venosa è grave?***

Perché è una malattia subdola: non sempre dà segni di sé, a volte si manifesta solo dopo aver fatto gravi danni.

Una volta guarita **tende a tornare**, soprattutto se non è stata riconosciuta in tempo o curata con i farmaci adatti e per un tempo congruo.

### ***E' frequente?***

La Trombosi è la prima causa di morte e di grave invalidità in Italia, e in tutti i Paesi industrializzati.

La **Trombosi venosa** colpisce 1 persona su 1000, ogni anno, nella popolazione generale.

### ***Perché è pericoloso un Trombo nelle gambe?***

Perché può bloccare completamente la circolazione del sangue, provocando gonfiore, dolore, rossore, impossibilità di camminare. Perché può provocare **Embolia polmonare**, frammentandosi.

Perché, se curata male, la Trombosi ritorna e distrugge il sistema delle **valvole** contenute nelle vene, rovinandone l'elasticità e provocando la comparsa di **vene varicose** o, peggio, di **ulcere** (sindrome post flebitica).

### ***Perché le malattie da Trombosi non si chiamano semplicemente Trombosi?***

Perché fino a pochi anni fa non si sapeva che a provocarle fosse una causa comune, la Trombosi. Solo alla fine degli anni '80 si è trovata la prova che l'**Infarto miocardico** è causato da un **Trombo in un'arteria coronarica!** E così per gli altri organi.

### ***Perché si scatena una Trombosi?***

Le malattie da Trombosi sono malattie di squadra: ci vogliono più complici per compiere il delitto, non un solo killer.

Le **arterie** si ammalano spesso: aterosclerosi, colesterolo alto, diabete, pressione alta, fumo, droga, elevati livelli di omocisteina, malattie infiammatorie (arterite) o malattie

infettive (meningite). Dove c'è malattia c'è infiammazione e il sistema della coagulazione forma un Trombo per guarirla.

Anche uno **spasmo vasale**, come avviene per uno spavento, un grande dolore, un attacco di ansia o di paura, può interrompere il flusso del sangue, da solo o scatenando una Trombosi.

Nelle **vene** contano di più la **velocità** con cui il sangue torna al cuore, la presenza di **ostacoli** alla sua corsa (come un addome globoso per il grasso o per una gravidanza), lo **squilibrio** dei fattori della coagulazione che aumenta la densità del sangue, per difetto di fattori anticoagulanti o per eccesso di fattori procoagulanti, l'imperfezione del sistema per presenza di **fattori mutati** (mutazione **Leiden del fattore V** o **mutazione della protrombina**), elevati livelli di omocisteina, il **fumo** di sigaretta, la perdita di elasticità provocata dagli **ormoni** (gravidanza, anticoncezionali, menopausa), da una tiroide che fun-

ziona poco o male, da una **malattia infiammatoria** delle ovaie o dell'utero, dalla presenza di un **tumore**, che rallenta la circolazione oppure confonde il sistema liberando nel sangue sostanze procoagulanti...

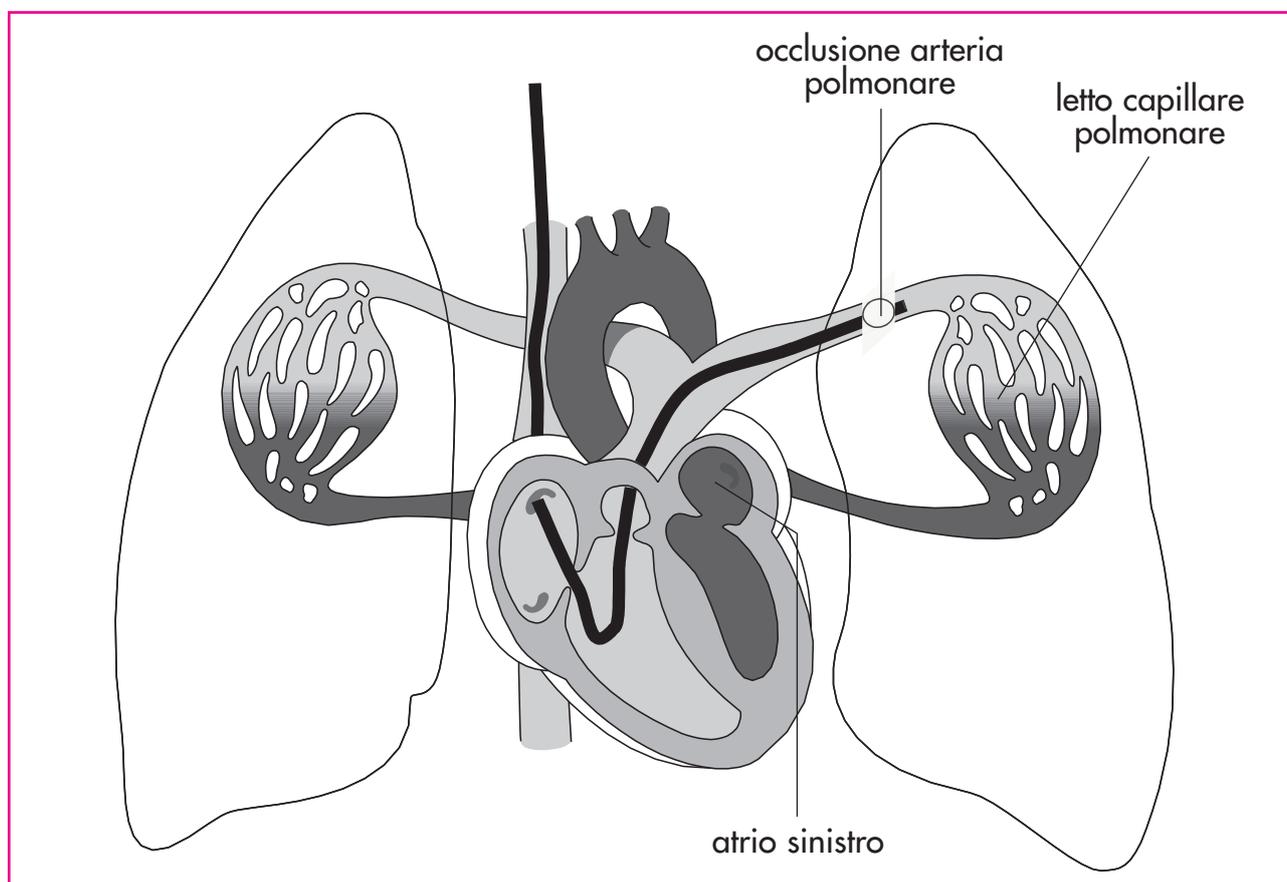
**Nessuna di queste situazioni è in grado da sola di provocare una Trombosi**: ma la presenza di **più fattori di rischio** aumenta la probabilità che il sistema si squilibri e perda il controllo, generando una Trombosi.

### **La Trombosi è curabile?**

SI, ma prima deve essere **sospettata**, poi **diagnosticata**, e poi **curata**.

È importante che il medico sospetti una Trombosi, per poterla diagnosticare e curare e che non dimentichi che deve curare l'organo ma anche "riequilibrare" il sistema. Altrimenti, curata una Trombosi, se ne formerà un'altra, in un altro organo, o nel medesimo.

È come se un'automobile uscita di strada per





colpa dei freni rotti venisse riutilizzata dopo che è stata sistemata la carrozzeria, ma non i freni: finirà presto di nuovo per avere un incidente.

### ***Che cos'è la Trombosi venosa profonda?***

Il Trombo ostruisce una o più vene del sistema profondo delle gambe o delle braccia. Quando la Trombosi colpisce le **gambe**, di solito comincia nelle vene interne del polpaccio o del piede e si estende a quelle della coscia fino all'inguine e oltre.

La Trombosi venosa profonda più raramente colpisce l'**arto superiore**.

### ***Che cos'è la Flebite?***

È un processo **infiammatorio**, di solito acuto, che provoca **Trombosi** parziale o totale di una vena superficiale. Può essere causata da sostanze irritanti (spesso si manifesta in

una vena in cui è stata praticata un'**iniezione** o un prelievo di sangue), oppure da processi infiammatori sistemici (malattie croniche, malattie autoimmuni).

A volte è il primo sintomo di un problema più complesso, soprattutto quando arriva a ciel sereno e si ripete.

Può verificarsi anche nei **giovani**, spesso dopo un trauma o dopo un esercizio muscolare violento o che comporta un accrescimento rapido della muscolatura (ad esempio nei vogatori o in coloro che fanno pesistica).

### ***La Trombosi venosa dell'arto superiore è grave?***

È grave come tutte le altre, anche se il braccio non è considerato un "organo nobile" come il cervello o il cuore: ma chi l'ha avuta sa che provoca molto dolore, e spavento.

È molto grave quando provoca **Embolia polmonare**.

### ***Come si può riconoscere la Trombosi venosa?***

La gamba (o il braccio) si gonfia, fa male anche a riposo, è calda e arrossata.

La sensazione può essere quella di un crampo che non passa. Ma la **diagnosi clinica** della Trombosi venosa profonda, basata sui sintomi e sui segni, è **poco affidabile**.

Quando c'è il sospetto di Trombosi, il paziente deve essere urgentemente avviato a una diagnosi strumentale, con un **ecocolor-doppler**.

### ***Quando si deve sospettare una Trombosi?***

**Sempre** quando i sintomi descritti si manifestano in una persona che ha già avuto una Trombosi o una Flebite in passato, o porta un **gesso** per un trauma, è reduce da un **intervento chirurgico**, usa la **pillola anticoncezionale**, è in gravidanza o nel **periodo dopo il parto**, quando è, o è stata, a letto a lungo per una malattia, ha avuto un **Ictus cerebra-**

le, porta un **catetere venoso centrale**, ha un **tumore**.

### ***Come si cura la Trombosi?***

Con farmaci **anticoagulanti**, che riducono la capacità del sangue di coagulare e lo rendono quindi più “fluidi”: solo in casi rari con farmaci trombolitici che sciolgono il Trombo più rapidamente.

I farmaci antitrombotici sono numerosi, potenti ed efficaci: quando usarli, come usarli e in quale dose deve essere **deciso dal medico**. Il paziente deve essere ligio e disciplinato nel rispettare le prescrizioni per avere il massimo vantaggio ed evitare conseguenze assai spiacevoli, come un'emorragia o una nuova Trombosi.

### ***Che cos'è la sindrome post-flebitica?***

È l'insieme dei disturbi che si manifestano dopo una Trombosi in una gamba che continua ad essere più gonfia dell'altra, più “pesante”, compaiono macchie scure sulla pelle e vene dilatate. Nei casi più gravi compaiono **ulcere**, spesso a livello della cavaglia.

I sintomi possono iniziare quasi subito dopo la Trombosi, ma più spesso a distanza di tempo (da pochi mesi a qualche anno).

### ***Cos'è l'Embolia polmonare?***

È la complicanza più grave e più temuta della Trombosi venosa, superficiale o più spesso profonda.

Parti del Trombo formatosi in una vena possono staccarsi ed essere trasportate dal flusso sanguigno fino al polmone: prendono il nome di **Emboli** e se, attraverso il cuore, raggiungono il polmone provocano Embolia polmonare.

### ***Quando si verifica?***

Una Trombosi venosa profonda non riconosciuta e non curata si trasforma in Embolia polmonare nel 40% dei casi.

L'Embolia polmonare è più probabile se la

Trombosi venosa è estesa, è rimasta misconosciuta o è stata mal curata.

### ***E' una malattia frequente?***

È la terza causa di morte e in Italia colpisce una persona su 100 mila ogni anno: a 30 giorni dalla diagnosi 11 persone su 100, fra quelle colpite, perdono la vita.

### ***Quali sono i sintomi dell'Embolia polmonare?***

Dolore al torace, mancanza di respiro, battito cardiaco frequente e tosse con tracce di sangue nella saliva o nel catarro. Sono però sintomi non specifici e non esclusivi dell'Embolia polmonare. A volte l'Embolia polmonare non dà alcun sintomo. La diagnosi si fa con la scintigrafia polmonare o con la TAC.

### ***Come si cura?***

Con i farmaci anticoagulanti (eparine e dicumarolici) e in casi particolari con i trombolitici.

### ***Si guarisce?***

SI, si può guarire completamente.

A volte, quando l'Embolia è stata grave, la pressione del sangue all'interno delle piccole arterie del polmone rimane alta (iperten-



sione polmonare), e questo richiede al cuore uno sforzo maggiore per pompare il sangue nel circolo polmonare: è così che il cuore, a volte, si dilata.

### ***L'Embolia polmonare è ereditaria?***

NO, come la Trombosi.

Ma possono essere ereditarie alcune delle cause dell'Embolia, per esempio lo squilibrio nel sistema della coagulazione del sangue (trombofilia).

## **Trombosi delle vene cerebrali**

### ***Che cos'è?***

È un **Ictus**, provocato dalla chiusura di una o più vene del cervello.

Di solito dà sintomi meno clamorosi della Trombosi arteriosa, ma è un evento comunque grave e che va sospettato, diagnosticato e curato.

### ***Capita spesso?***

Non sappiamo quanti Ictus siano provocati da una **Trombosi delle vene** o delle **arterie cerebrali**: ma sappiamo che colpisce spesso le giovani donne.

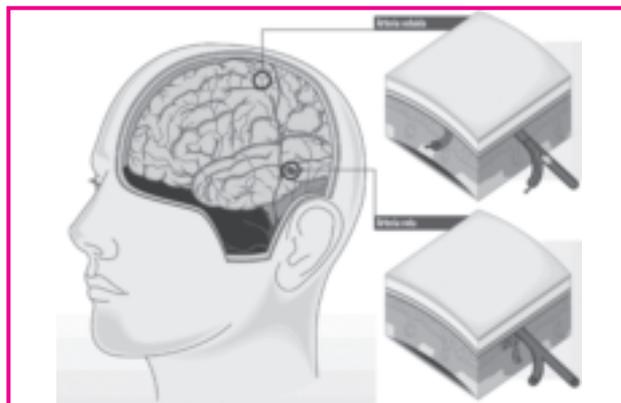
I numeri disponibili si riferiscono a tutti i tipi di Ictus: in Italia ogni anno 150.000 persone sono colpite per la prima volta da Ictus, è un numero enorme, se si pensa che equivale agli abitanti di una grande città.

### ***È mortale?***

Non quanto l'Ictus da Trombosi di un'arteria cerebrale: ma può lasciare gravi invalidità. L'Ictus è la prima causa di invalidità nelle persone adulte e la terza causa di morte.

### ***Si può evitare?***

SI. Ma bisogna sapere che esiste, difendersi con i farmaci quando è necessario, conoscere i **fattori di rischio**, correggerli se è possi-



bile: vivere e mangiare in modo più sano, con meno grassi, meno sale, più pesce, più frutta, più verdura, dimagrire se il peso è eccessivo, tenere la pressione arteriosa sotto controllo, fare attività fisica regolare, non esagerare con gli alcoolici, meno fumo.

### ***Quali sono i segnali di un Ictus?***

Sono improvvisi: non si riesce a muovere un braccio o una gamba o si perde sensibilità, la bocca si storce, si parla con difficoltà, non si capisce quello che gli altri dicono, si perde la vista in un occhio, si ha un mal di testa improvviso e molto violento.

### ***Che cosa si deve fare?***

Chiamare il 118 o farsi portare **subito** in ospedale.



È importante intervenire subito non appena si riconoscono i campanelli d'allarme.

### **Chi rischia di avere un Ictus?**

Chi soffre di malattie del **cuore** (fibrillazione, infarto, problemi alle valvole) o delle **arterie** (carotidi), chi ha il diabete, chi ha la pressione alta, chi fuma, chi usa stupefacenti, chi ha dei famigliari che hanno avuto l'Ictus.

### **Può tornare?**

SI, come sempre accade con le malattie da Trombosi, soprattutto quando non è stato curato correttamente e per un tempo adeguato, oppure quando non è stata riconosciuta e rimossa la causa che l'ha determinato.

## **Trombosi delle vene dell'arto superiore**

### **Le braccia possono essere colpite da Trombosi venosa?**

SI, anche se più raramente delle gambe.

### **Quali vengono colpite?**

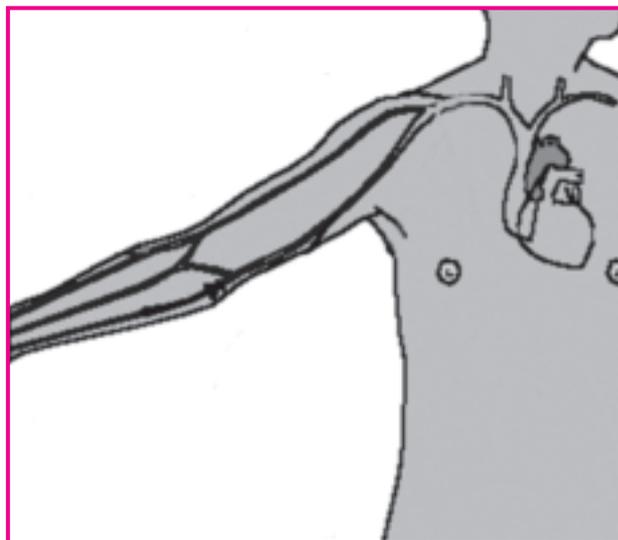
Le vene **superficiali**, quelle che si vedono come strie bluastre in trasparenza sotto la pelle, oppure le vene **profonde**.

### **Esiste la tromboflebite del braccio?**

SI, è un sinonimo che indica una Trombosi di una **vena superficiale** del braccio, o di una **vena profonda**.

La prima spesso è provocata da sostanze irritanti iniettate in vena (per esempio durante le cure endovenose, spesso con **farmaci** contenenti ferro) ma non sempre.

A volte si presenta spontaneamente, e può essere il primo segno di una malattia infiammatoria nascosta, o di un difetto della circolazione del sangue.



### **Flebite è diverso da Trombosi?**

NO, un tempo si usava il termine Flebite per indicare un rigonfiamento di una vena superficiale, visibile, rossa, dolente, "infiammata" (in medicina di solito le parole che terminano con il suffisso "**ite**" indicano una malattia infiammatoria di un organo o di una parte).

Oggi sappiamo che la conseguenza della Flebite è comunque la Trombosi, perché l'infiammazione della parete attiva la coagulazione del sangue: a volte infatti si usa il termine **Tromboflebite**.

Insomma, dobbiamo imparare a chiamarla Trombosi venosa, superficiale o profonda che sia.

### **La Trombosi del braccio è più rara di quella della gamba?**

SI, su 100 Trombosi venose solo 2 o 3 colpiscono l'arto superiore.

### **È curabile?**

SI, ma deve essere sospettata, diagnosticata e curata.

### **E' pericolosa?**

NO. Ma lo diventa quando viene **sottovalutata**, dal paziente o dal medico, o non viene diagnosticata, o non viene curata, o viene cu-

rata con **farmaci inadeguati**, o per un periodo di tempo insufficiente, o a **dosi** inadeguate.

Anche la Trombosi di una vena del braccio comporta il rischio che un frammento si stacchi e provochi **Embolia polmonare**, esattamente come la Trombosi degli arti inferiori.

### **Quali sono i fattori di rischio?**

Sono quelli comuni a tutte le Trombosi: ma pesano molto i fattori di **rischio locali**.

Per esempio:

- **trauma** o intervento chirurgico al braccio o alla spalla, soprattutto se tocca muscoli, ossa o tendini
- rallentamento del ritorno del sangue venoso al cuore, per esempio per dimensione ridotta del **canale** in cui passa la vena all'interno dell'osso della spalla che si chiama clavicola
- ingrossamento dei **linfonodi** che si trovano sotto l'ascella, causato da una malattia infiammatoria o proliferativa
- asportazione chirurgica di queste stesse stazioni linfatiche ascellari, per esempio dopo un **intervento sulla mammella**
- presenza di un catetere venoso indispensabile in persone che assumono farmaci **chemioterapici**: spesso sono colpiti i **bambini affetti da leucemia**, durante la chemioterapia.

### **Colpisce solo le vene del braccio?**

NO, tutte le vene del braccio e del collo possono essere colpite: i sintomi sono proporzionali all'importanza della vena.

Danno sintomi importanti le Trombosi della succlavia, dell'ascellare, della giugulare.

### **Colpisce anche le persone sane?**

SI, paradossalmente può colpire persone particolarmente sane che svolgono attività ginnico sportiva intensa, soprattutto quelle che provocano un gonfiamento massiccio della

muscolatura della spalla, come accade negli atleti, soprattutto del canottaggio o del sollevamento pesi.

In particolare rischiano le **atlete**, che a questi fattori aggiungono spesso il rischio legato all'uso di ormoni o alla gravidanza.

### **Quali sono i sintomi?**

Dolore, gonfiore, rossore del braccio: se la vena colpita è superficiale diventa dura, dolente, come un **cordone**.

Se è colpita una vena profonda i sintomi sono legati al rallentamento della circolazione provocato dal Trombo, quindi **gonfiore**, anche della mano, e spesso comparsa di un reticolo di **vene bluastre e superficiali** sul petto: sono vene di solito quasi chiuse che si aprono per riportare al cuore per altre vie il sangue bloccato dalla Trombosi.

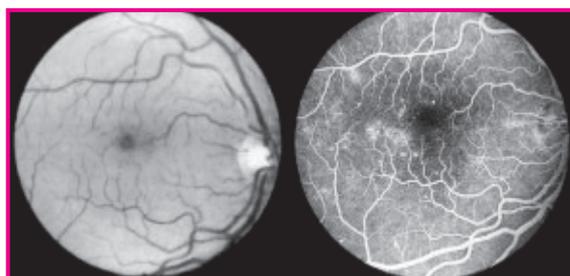
## **Trombosi della retina**

### **Cos'è la retina?**

E' la parte terminale del **nervo ottico**, che si allarga come il delta di un fiume, e come la membrana della macchina fotografica percepisce le immagini, trasmettendole al cervello, che ci permette di comprenderle.

Come tutti gli organi ha bisogno di nutrimento, che riceve da un' **arteria**, e di scaricare il sangue sporco, attraverso la **vena**.

L'esame che permette di visualizzare la circolazione all'interno della retina è la **fluorangiografia**.



### ***Che cos'è la Trombosi retinica?***

È la formazione di un Trombo nel sistema circolatorio della retina: in una vena o in un'arteria, grandi o piccole.

### ***Come si manifesta?***

All'improvviso, spesso senza una causa apparente.

### ***È grave?***

Dipende dalla dimensione del vaso colpito e dalla sua importanza.

Se si chiude l'**arteria** centrale della retina il danno può essere grave, con perdita completa della capacità di vedere, improvvisa e totale, senza alcun dolore, in pochi istanti.

La Trombosi della **vena** retinica è molto più frequente ma generalmente ha una prognosi migliore e i suoi effetti sono meno catastrofici.

La Trombosi della retina, arteriosa o venosa, colpisce ogni anno circa 100 mila italiani (2,5 italiani su 1000 sopra i 40 anni e 5 sopra i 60 anni) e in molti casi porta alla **cecità**: nel mondo è la seconda causa di cecità da patologia retinica.

### ***Quali sono i sintomi della Trombosi venosa?***

Sono simili a quelli della Trombosi arteriosa: improvvisa incapacità di vedere una parte più o meno estesa del campo visivo, come se fosse calata la nebbia, con o senza sfavillii, ma sempre senza dolore.

I sintomi possono migliorare spontaneamente in alcuni casi, soprattutto se viene risparmiato il ramo centrale.

### ***Come si fa la diagnosi?***

La diagnosi è semplice, soprattutto se è possibile eseguire una fluorangiografia.

### ***Chi rischia di più?***

Chi ha la fibrillazione atriale o un'altra aritmia, o ha una malattia delle valvole del cuore



o ha il cuore dilatato o scompensato, dal quale possono partire Emboli.

Chi soffre di glaucoma, di ipertensione, di diabete, che danneggiano le pareti delle arterie e provocano **Aterotrombosi**, per esempio delle carotidi, chi assume terapie ormonali, o soffre di malattie croniche o neoplastiche.

Ma ancora oggi sappiamo poco, troppo poco.

### ***Come si cura?***

La Trombosi venosa retinica era considerata fino a pochi anni fa una **malattia incurabile**, tanto che l'Accademia Americana di Oftalmologia si limitava a raccomandare un supporto psicologico immediato per questi pazienti, considerati candidati a diventare ciechi.

Per fortuna negli ultimi anni molto è cambiato: si possono ottenere buoni risultati con i farmaci **anticoagulanti** o **antiaggreganti**, in funzione del distretto colpito e della causa che ha determinato la Trombosi.

E si è scoperto che uno squilibrio della coagulazione (Trombofilia o Ipercoagulabilità) così come può essere responsabile di Trombosi in altri distretti può essere corresponsabile di una Trombosi della retina.

Se un elevato livello di **omocisteina** nel sangue può essere complice nel provocare una Trombosi retinica, probabilmente ridurre i livelli di omocisteina nel sangue sarà di aiuto per impedire una nuova Trombosi, una volta curata la prima.

### *Serve la terapia con il laser?*

È una scelta di competenza dell'oculista, e può aiutare a limitare i danni.

### *Si può prevenire?*

SI, riconoscendo ed eliminando precocemente i fattori di rischio **generali** (ipertensione arteriosa, malattie cardiovascolari, diabete mellito, aterosclerosi, dislipidemie) e **locali** (glaucoma).

Brusche e transitorie riduzioni della capacità di vedere sono a volte un **campanello d'allarme** di una sofferenza del circolo cerebrale.

La Trombosi retinica viene classificata fra le Trombosi cerebrali.

## Trombosi venosa in gravidanza

### *Che nesso c'è fra gravidanza e Trombosi?*

L'assetto ormonale della donna gravida, il rallentamento della circolazione del sangue di ritorno al cuore attraverso le vene, causato soprattutto dall'aumento di volume dell'addome e dell'utero gravido, e dall'eventuale prolungata permanenza a letto, la perdita di elasticità delle pareti delle vene: sono tutti fattori che **moltiplicano per cinque il rischio di Trombosi in gravidanza** rispetto al rischio della stessa donna non gravida.

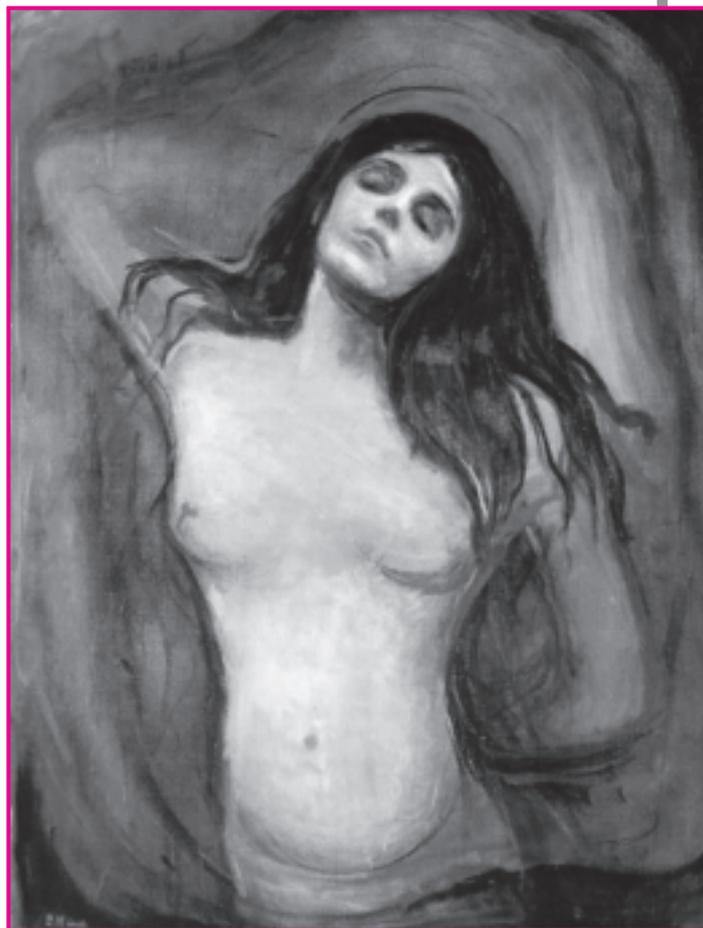
### *Il parto è un momento di rischio?*

SI, per l'aumento delle pressioni nell'addome, per il contatto fra le sostanze liberate dalla placenta e il sangue, per l'enorme sconvolgimento nella circolazione del sangue creato dal travaglio.

### *Il periodo dopo il parto è pericoloso?*

SI, per tutto il puerperio (quaranta giorni dopo il parto) il rischio di Trombosi rimane molto più alto del normale.

Il parto crea una situazione di rischio simile



Madonna di Munch

a quella legata agli interventi chirurgici, in particolare il **parto con taglio cesareo**: la probabilità di una complicanza trombotica è aumentata fino a 10 volte rispetto al parto per via naturale.

### *L'aborto comporta un rischio?*

SI, esattamente come la gravidanza, il parto e il puerperio.

### *Chi rischia di più?*

Il rischio di Trombosi in gravidanza può aumentare ulteriormente se si associano:

- l'immobilizzazione a letto prolungata
- un forte aumento di peso o il sovrappeso preesistente
- il diabete, l'ipertensione, il fumo
- l'uso di estroprogestinici prima del concepimento

## CALZE ELASTICHE: ISTRUZIONI PER L'USO

La mattina, dopo l'igiene personale, ridistendersi a letto, sollevando le gambe e appoggiandole alla testiera del letto o al muro per favorire il ritorno del sangue al cuore e lo svuotamento delle vene superficiali.

Rimanere in questa posizione per almeno 5 minuti. Può essere utile un massaggio con pressione leggera e utilizzando borotalco a partire dalla punta del piede fino all'inguine, come se si volesse svuotare la gamba, che infatti diventa più sottile e più pallida. Poi indossare le **calze**.

Per favorire il ritorno del sangue al cuore durante la notte, sistemare un supporto di dieci centimetri sotto i piedi del letto o della rete (non sotto il materasso perché durante la notte le gambe tendono a piegarsi e a scivolare verso il basso e si perde l'efficacia di questo sistema).

Portare le calze **durante il giorno**, soprattutto se si prevede di stare a lungo i piedi.

Portare le calze **solo** durante il giorno e soprattutto se si prevede di stare a lungo in piedi, di camminare o di fare attività fisica.

Non è necessario portare le calze al mare: **non esporre le gambe al sole** diretto durante le ore più calde, **camminare a riva** con l'acqua che arriva alla coscia.

Utile il nuoto, soprattutto stile dorso.

- l'aver avuto più gravidanze
- le cardiopatie
- i disordini del sistema della coagulazione del sangue (trombofilia)
- l'aver già avuto Flebiti o Trombosi
- la presenza di vene varicose.

### *Quali sono i segnali?*

Dipende dal distretto colpito:

- in caso di Trombosi delle gambe, dolore o gonfiore alla gamba o alla coscia;
- in caso di Embolia polmonare, difficoltà di respiro, affaticabilità improvvisa, con accelerazione del battito cardiaco, e dolore al torace, tosse e saliva striata di sangue.
- in caso di Trombosi cerebrale, perdita di sensibilità di una parte del corpo, incapacità di coordinare i movimenti, perdita della vista, svenimento.

### *Si cura?*

SI, è possibile curare qualunque tipo di Trombosi in gravidanza purché si usino i **farmaci adatti**.

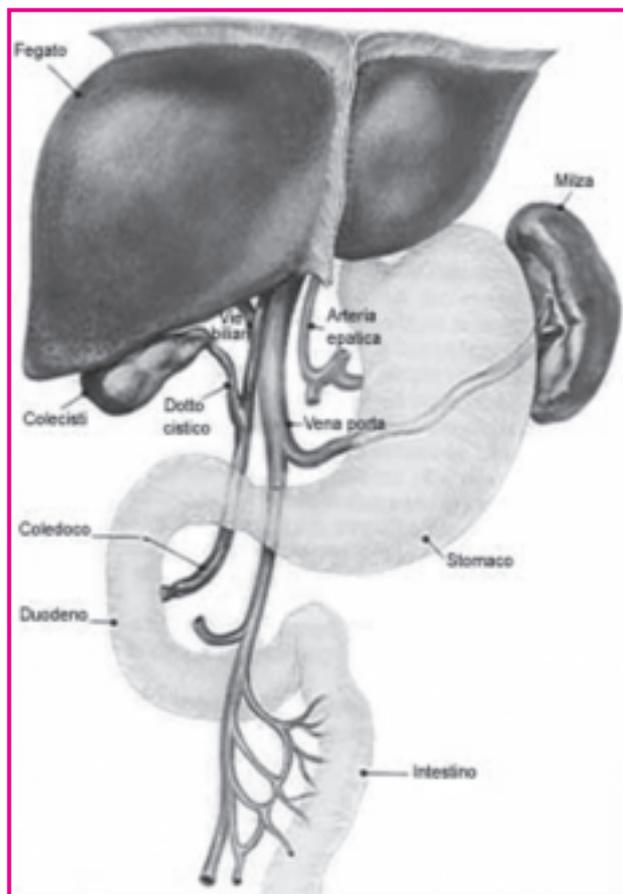
Sono **sconsigliati i dicumarolici**, nel primo e nel terzo trimestre, perché possono provocare malformazioni nel bambino.

Sono efficaci le **eparine**, soprattutto le moderne eparine a basso peso molecolare, che **non oltrepassano la barriera placentare**, circolano solo nel sangue della madre e sono in grado di **guarire completamente** la Trombosi.

Una Trombosi in gravidanza è un evento drammatico, ma è una storia che **può finire bene**, se viene sospettata e poi diagnosticata e curata come si deve.

### *Si può prevenire?*

Alcune donne rischiano più di altre: le varici sono un fattore di rischio, e portare le calze elastiche durante il giorno per tutta la durata della gravidanza negli Stati Uniti è addirittura consigliato a tutte le donne.



## Trombosi delle vene dell'intestino e del circolo portale

### *La Trombosi può colpire anche l'intestino?*

SI, quando il Trombo si forma in un'arteria o in una vena del circolo mesenterico o addominale.

### *Chi rischia di più?*

Queste Trombosi sono più frequenti nei maschi con più di 50 anni che soffrono di **malattia sistemica infiammatoria o neoplastica**, o di **insufficienza cardiaca**, o hanno già avuto **in passato Trombosi o Embolia**, o **malattia arteriosa periferica**.

Ma possono colpire anche i giovani, soprattutto se soffrono di colite e di diverticoli.

### *Come si manifesta?*

Con un dolore addominale improvviso, loca-

lizzato o esteso, a volte irradiato al dorso, anche con febbre alta.

La **Trombosi delle vene intestinali** può simulare l'appendicite acuta o la peritonite. In alcuni casi si associano diarrea, vomito, oppure chiusura dell'alvo a feci e gas (**occlusione intestinale**).

Può essere presente sangue nelle feci.

### *Quali rischi comporta?*

Se si tratta di una **Trombosi venosa**, i sintomi possono esser sfumati, a volte addirittura inconsistenti: finché non compare un reticolo venoso bluastro sulla parete addominale, tentativo di compenso delle vene superficiali che cercano di superare l'ostacolo profondo. Molto più grave è la **Trombosi arteriosa** che provoca un **Infarto intestinale**, cioè la necrosi di una parte dell'intestino e dell'omento (la membrana a "ventaglio" che tiene unito l'intestino), con peritonite e a volte perforazione dell'organo fino allo shock.

### *Che cos'è il circolo portale?*

È l'insieme delle vene che drenano il sangue dal fegato: la principale è la **Vena porta**.

### *Esiste una Trombosi della Vena porta?*

SI, il Trombo si può formare all'interno della Vena porta, di uno dei suoi rami, oppure nelle vene sovraepatiche (sindrome di Budd-Chiari): la pressione delle vene aumenta, il sangue ristagna in tutto il distretto gastroenterico, la circolazione rallenta anche nelle vene dell'esofago, che possono dilatarsi e, in casi estremi, rompersi (varici esofagee).

### *Quali sono le cause?*

La Trombosi della Vena porta può essere **idiopatica** (non si riesce a individuare la causa scatenante) oppure può essere la conseguenza della tendenza del sangue a coagulare troppo, come si verifica nelle pazienti che assumono ormoni o che hanno un tumo-

re, o una malattia infiammatoria del fegato acuta o cronica (epatite o cirrosi).

### **Come si cura?**

Con la chirurgia e con i farmaci anticoagulanti.

## **Giovani e Trombosi**

### **La Trombosi colpisce solo gli anziani?**

Assolutamente NO, diventa più probabile con il passare degli anni, ma le statistiche rivelano che le malattie da Trombosi si verificano anche **prima dei 40 anni**, più spesso di quel che si crede negli adolescenti, perfino nei bambini e nei neonati.

Su 100 persone colpite, 3 hanno meno di 40 anni.

In Italia, ogni anno, la **Trombosi colpisce quindicimila bambini** (da neonati ad adolescenti).

### **Quali sono le cause della Trombosi giovanile?**

L'assetto trombofilico (squilibrio del sangue che tende a coagulare troppo: vedi SALTO precedenti), cocaina, stress, malformazioni congenite non note, mutazioni genetiche dei fattori della coagulazione, elevati livelli di omocisteina, ormoni, tumori.

Perché si verifichi una Trombosi non basta **una causa**, ci vogliono **più fattori**: uno

squilibrio del sistema della coagulazione del sangue, una lesione dell'endotelio che piastre l'interno delle vene o delle arterie, e un rallentamento della circolazione del sangue.

La presenza contemporanea di alcune e tutte queste situazioni aumenta il rischio di Trombosi venosa.

Grazie ai progressi della ricerca scientifica oggi siamo in grado di identificare in moltissimi casi l'alterazione del sangue che ha contribuito a determinare la Trombosi.

### **Com'è vissuta la Trombosi giovanile?**

Dipende dalla gravità e quindi dal distretto colpito. È comunque difficile per un giovane, che si credeva immortale, accettare un evento improvviso, inaspettato e pesantemente invalidante come una malattia da Trombosi.

*La Trombosi, venosa o arteriosa, è una malattia di squadra, è grave, ma può essere prevenuta e curata.*

*Per evitarne le conseguenze, è indispensabile che venga sospettata, diagnosticata correttamente e poi curata in modo adeguato.*

*Il paziente deve essere informato, e motivato, perché la sua collaborazione è determinante. Il medico ha gli strumenti per diagnosticare e curare.*

*La prevenzione e la cura hanno successo solo se medico e paziente lavorano insieme.*

*Anche grazie ad ALT.*

## **STIAMO TRASLOCANDO**

**dal 1° settembre 2007 ci troverete in:**

**VIA LUDOVICO DA VIADANA, 5  
20122 MILANO**

**TELEFONO, FAX, MAIL RIMANGONO INVARIATI**



*Sull'albero di ALT sono fiorite tre Gemme: una a Cremona, una a Bergamo e una a Bari. Sono nate dalla volontà e dalla determinazione di persone che hanno sposato la causa di ALT. Stanno già dando frutti, e di giorno in*

## IL CONSIGLIO

Antonio Auricchio, *presidente*  
 Raimonda Filippone, *segretario*  
 Elisabetta Carutti - Emilia Giordano  
 Francesca Reverberi - Gianfranca Spotti  
 Orietta Persico - Tiziana Zametta

## Comitato Scientifico

Sophie Testa, *responsabile* - Adriano Alatri - Oriana Paoletti  
 Salvatore Pirelli, *cardiologo*  
 Luigi Bettoni, *neurologo*  
 Daniele Arisi, *neuropsichiatra infantile*  
 Carlo Poggiani, *pediatra*  
 Giovanni Fasani, *pediatra del territorio*  
 Amilcare Acerbi, *pedagoga*

per raccogliere fondi da dedicare alla prevenzione e alla ricerca scientifica nel campo delle malattie da Trombosi.

## MARZO 2007

### MUSICAL MENOPAUSE

È andato in scena al Teatro Ponchielli di Cremona: il musical ha saputo raccontare con il sorriso e con leggerezza un periodo delicato e rischioso come la menopausa. I fondi raccolti verranno utilizzati a sostegno dei progetti di prevenzione nella donna. Grazie a tutti coloro che si sono dedicati a trasformare questo evento in un successo.

## FEBBRAIO 2007

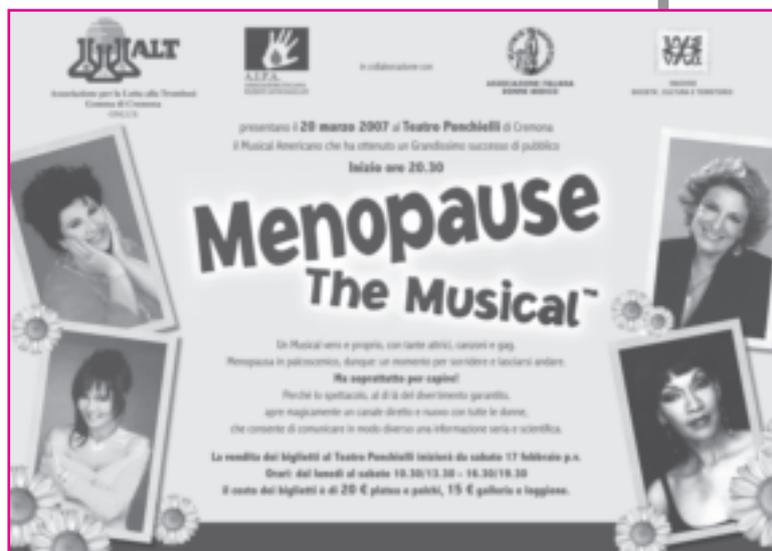
### CONVEGNO DONNE E TROMBOSI

Presso l'Aula Magna della Azienda Istituti Ospedalieri si è tenuto il Convegno "Donne e Trombosi": dalle Trombosi giovanili alle Trombosi in gravidanza per concludere con le Trombosi in menopausa, un excursus completo sulle malattie da Trombosi nella donna.

## APRILE 2007

### CONTRO LE TROMBOSI: BURRACO

ALT Gemma di Cremona in collaborazione con l'Associazione dilettantistica Burraco Torrazzo Cremona, ha organizzato un torneo di beneficenza presso l'Hotel Continental,



#### Per informazioni:

**ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi -Onlus - Gemma di Cremona**

Sede: Centro Emostasi e Trombosi - AO Istituti Ospitalieri  
 Largo Priori 1 - 26100 Cremona - Tel/Fax 0372/405457  
 E-mail: raifilippone@gmail.com

*giorno acquisteranno forza e trasmetteranno coinvolgente entusiasmo: saranno la forza con cui l'albero di ALT si arricchirà di nuovo vigore e raggiungerà i suoi obiettivi istituzionali, arrivando sempre più vicino a chi ha bisogno di noi.*



## IL CONSIGLIO

Milena Tinaglia Curnis, *presidente*  
Marika Curnis, *segretario*  
Ettore Gabrieli, *tesoriere*  
Giovanna Bosatelli - Caterina Gabrieli  
Claudia Pandini - Quirino Pelandi - Maridda Rota

## Comitato Scientifico

Anna Falanga, *responsabile*  
Tiziano Barbui, *oncoematologia*  
Angelo Colombo, *patologia neonatale*  
Luigi Frigerio, *ginecologo*  
Antonello Gavazzi, *cardiologo*  
M. Antonietta Auriemma, *neonatologa*  
Massimo Camerlingo, *neurologo*  
Bruno Censori, *neurologo*  
Guido Molinero, *fisiatra*  
Maria Teresa Lorenzi, *medico di famiglia*  
Monica Meroli, *dirigente ASL*

## Marzo 2007

### CONCERTO DI SOLIDARIETÀ

Diretto da Valentino Donella presso la Basi-

lica di Santa Maria Maggiore grazie alla Congregazione della Misericordia Maggiore (Opera Pia Mia) si è svolto un concerto benefico a sostegno di ALT Gemma di Bergamo. Grazie a tutti coloro che ci hanno sostenuto.

## Aprile 2007

### RACCOLTA FONDI

Proseguono le azioni di raccolta fondi destinate a sostenere i progetti di prevenzione delle malattie da Trombosi nella donna.

#### Per informazioni:

**ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi -Onlus - Gemma di Bergamo**

Sede: Ospedali Riuniti Pad. 30

Largo Barozzi 1 - 24100 Bergamo - Tel/Fax 035/266809

E-mail: alt.bergamo@yahoo.it



## IL CONSIGLIO

Vittoria Metteo, *presidente*  
Nicola Ciavarella, *responsabile scientifico*  
Riccarda Scaringella, *tesoriere*  
Pompeo Traversi, *segretario*  
Gluco Lucio Ambrosi - Giuseppe De Stasio  
Elena Pasqual Marsettin - Gaetano Piepoli  
Domenico Pinto - Luisa Roncalli

## LA GEMMA DI BARI

E' nata a Bari la 3° gemma ALT, fortemente voluta dal prof. Nicola Ciavarella che ha dedicato la propria vita professionale allo studio dei meccanismi dell'Emostasi e della Trombosi e alla cura dei malati affetti da patologie della coagulazione. Auguriamo alla nuova Gemma di Bari buon lavoro a sostegno della missione di ALT nella prevenzione e nella ricerca nel campo delle malattie da Trombosi.

#### Per Informazioni

Centro Emofilia e Trombosi - Ospedale Policlinico

Piazza Giulio Cesare, 11 - 70124 Bari

Tel. 080/5592028 - Fax. 080/5593113

E-mail: emocoag@tiscali.it



## UN NUOVO PROGETTO EUROPEO: EUROPEAN HEART HEALTH STRATEGY (STRATEGIA EUROPEA PER LA SALUTE DEL CUORE)

### *Che cos'è?*

Lanciato nell'aprile 2007, si svolgerà contemporaneamente in tutti i Paesi dell'UE, in collaborazione con EHN - European Heart Network, con ESC - European Society of Cardiology e con OMS - Organizzazione Mondiale della Sanità.

In Italia sarà coordinato da ALT in collaborazione con FIcC - Fondazione Italiana per il Cuore.

**Obiettivo:** ridurre l'impatto delle malattie cardiovascolari in Europa focalizzando l'attenzione sulle donne.

### *Perché?*

Infarto, Ictus, Embolia, Aterosclerosi e Trombosi sono la prima causa di morte nelle donne e negli uomini in Europa, uccidono quasi 2 milioni di europei ogni anno, la metà di tutti i decessi.

Se poi non sono mortali, possono lasciare disabilità devastanti.

Se potessimo ridurre la prevalenza di ipertensione, ipercolesterolemia, sovrappeso e obesità e fumo potremmo salvarne la metà. La situazione è in miglioramento nell'Europa del Nord, Sud e Ovest, ma purtroppo in

peggioramento nell'Est e nel Centro.

Le malattie cardiovascolari uccidono più dei tumori e costano all'Unione Europea oltre 169 miliardi di euro l'anno: 327 euro per ciascun cittadino europeo!

La sola perdita di produttività conseguente costa all'UE più di 35 miliardi l'anno.

La prevenzione delle malattie vascolari è una priorità nella politica di salute pubblica dell'Unione Europea.

*Il Trattato dell'UE, condiviso da tutti i Paesi aderenti, sancisce l'urgenza e la necessità di azioni mirate a ridurre l'impatto delle malattie cardiovascolari, a proteggere la salute dei cittadini europei e a migliorare la qualità della loro vita.*

**Prima fase:** Lancio contemporaneo in tutti i Paesi dell'Unione della *Carta Europea per la Salute del Cuore*.

La carta verrà condivisa dai professionisti della salute e da Enti e Aziende impegnati sul fronte della prevenzione, a sostegno e conferma della dichiarazione di San Valentino sottoscritta il 14 febbraio 2000 a Bruxelles.

*“Tutti i bambini nati nel nuovo millennio hanno il diritto di vivere almeno fino a 65 anni senza soffrire di malattie cardiovascolari evitabili”*



**Elsinore – maggio 2007**  
**EHN - ANNUAL WORKSHOP**  
**AND GENERAL ASSEMBLY**

25 Paesi europei parteciperanno ai lavori in rappresentanza delle organizzazioni aderenti a EHN.

# Lavori in corso

## Febbraio 2007

### MILANO

Grazie alla disponibilità di RCS - Corriere della Sera Magazine, presso la sala Buzzati del Corriere della Sera si è tenuto un evento eccezionale che ha visto in collegamento vari Membri del Comitato Scientifico di ALT: dagli Stati Uniti **Zaverio M. Ruggeri**, direttore della Divisione di Emostasi e Trombosi Sperimentale di Scripps Research Institute - San Diego - California e **Valentin Fuster**, direttore di - Cardiovascular Institute - Mount Sinai Medical Center - New York; da Milano **Giovanni de Gaetano**, direttore dei Laboratori di Ricerca dell'Università Cattolica di Campobasso, e **Lidia Rota Vender**.  
Tema: "Prevenire le malattie vascolari: si può e si deve". Trasmessa sul sito del Corriere, la discussione è stata seguita in tutto il mondo.

## UN CUORE PER S. VALENTINO

Dopo la distribuzione dell'Agenda di ALT 2007 allegata al Magazine, RCS ha aiutato concretamente la prevenzione allegando al Magazine per San Valentino un piccolo cuore morbido e liquido.

I fondi raccolti permetteranno ad ALT di finanziare il progetto Europeo di prevenzione delle malattie cardiovascolari nella donna (vedi finestra sull'Europa).

Per l'occasione, RCS ha regalato ad ALT spazi pubblicitari sul Corriere, con enorme generosità. ALT ringrazia.

## Marzo 2007



### CUORE DI DONNA

Dal 27 marzo è in libreria "Cuore di Donna", scritto a quattro mani da Lidia Rota Vender e Mario Pappagallo; storie di donne e dei loro cuori, **finite bene**,

raccontate da un medico, una donna, che insieme alle emozioni descrive le paure, i sintomi e le gioie che accompagnano una malattia, il rapporto con i medici, il lieto fine. Le storie sono alternate a capitoli che spiegano che cos'è un infarto, quali sono i sintomi di un ictus, di una trombosi, di un cuore malato, quali sono i fattori di rischio, capitoli che entrano nel merito e danno risposte.

E poi le **ricette del cuore**, per trasformare la gioia di stare a tavola in uno strumento di salute, raccolte da Valentina Marini Clarelli.





L'obiettivo? Coinvolgere le donne in modo dolce, complice e intelligente, affinché non dimentichino l'importanza di mantenere la salute del loro cuore e non solo.

I **proventi** della vendita del libro verranno devoluti ad ALT.

## Aprile 2007

### RISCHIO DI TROMBOSI IN GRAVIDANZA

Per molto tempo si è affermato che le donne godono di maggiore protezione dalle malattie cardiovascolari rispetto agli uomini. Negli ultimi anni, studi clinici ed epidemiologici hanno dimostrato che le **donne possono essere colpite tanto quanto gli uomini**, anzi di più. Stress e stile di vita errato sono le cause principali, ma anche la poca attenzione riservata alla prevenzione specificamente nelle donne.

Il rischio di incorrere in malattie da Trombosi è mediamente più alto nella donna in età fertile che nell'uomo, in particolare questo **rischio aumenta in gravidanza**: la probabilità che una donna sviluppi Trombosi aumenta di 5 volte quando aspetta un bambino e di 25 volte nei 40 giorni dopo il parto. ALT ha concentrato l'attenzione sulla prevenzione **della Trombosi venosa e dell'Em-**

## CONSIGLIO DIRETTIVO ALT

L'assemblea del 27 marzo 2007 ha ratificato la nuova composizione del Consiglio Direttivo di ALT con la nomina di:

**Alessandro Orlandi**, consigliere e vicepresidente

**Sergio Coccheri**, vicepresidente

**Francesco Donatelli**, consigliere

**Maria Chiara Chistoni**, segretario generale

**Ottorino Beltrami**, presidente onorario

**Aldo Carlevaro**, che ha rinunciato alla carica, è stato nominato socio benefattore.

e del **Collegio dei Revisori dei Conti**:

**Pier Paolo Piccinelli**, presidente

**Mario Sirabella**, revisore effettivo

**Lidia Grigioni**, revisore effettivo

**Marco Pardi**, revisore supplente

**Fabio Capezzone**, revisore supplente

E' stato attivato

il **Comitato Consultivo**

**per le Gemme**, del quale

fanno parte alcuni consiglieri di

ALT e i presidenti delle Gemme.

**bolia nel periodo della gravidanza** con il progetto **“Rischio di malattia cardiovascolare nella donna in gravidanza”**, che si è recentemente avviato nella provincia di Cremona, grazie all'impegno della Gemma ALT di Cremona. Il progetto è stato reso possibile grazie alla collaborazione della

**Direzione Generale Famiglia e Solidarietà Sociale della Regione Lombardia**, della **ASL di Cremona** e di un'azienda sensibile e generosa come **Pfizer Italia**.

L'obiettivo è quello di aiutare le donne in gravidanza di qualunque etnia, con un linguaggio semplice e facilmente comprensibile, a non sottovalutare l'importanza dei fattori di rischio ben noti, quali l'eccessivo aumento di peso, il fumo, la familiarità, l'inattività fisica e a riconoscere immediatamente eventuali sintomi premonitori di malattie da Trombosi che in gravidanza non solo sono più probabili, ma assumono una dimensione particolarmente drammatica per la madre e il bambino.

### OPERAZIONE "BASSO IN SALE"

La prevenzione delle malattie vascolari richiede un attento controllo dei fattori di rischio, uno dei quali è certamente l'ipertensione: **un'alimentazione quotidiana povera di sale** è il primo passo per aiutare la riduzione dei livelli della pressione arteriosa, che sappiamo essere una dei principali complici della squadra che determina le malattie da Aterotrombosi.

Si è avviata la collaborazione tra ALT e Nostromo che prevede la presenza del logo ALT su alcuni prodotti a basso contenuto di sale e una percentuale sul venduto che andrà a sostegno delle campagne di prevenzione di ALT.



L'operazione è stata autorizzata dopo attenta valutazione da parte del prof. Francesco Dioguardi del Comitato Scientifico di ALT che ha valutato e approvato la documentazione relativa alle caratteristiche organolettiche e di confezionamento dei prodotti che porteranno il marchio ALT.

Da Aprile 2007 la linea **"Basso in Sale"** è disponibile presso le più importanti catene della grande distribuzione. ALT e Nostromo hanno ideato inoltre il **Ricettario del Cuore**, che contiene ricette da preparare utilizzando i prodotti della linea "Basso in Sale". Il **Ricettario del Cuore** verrà allegato ad alcune confezioni nel periodo di lancio del prodotto.

### "5X1000"

La nuova finanziaria 2007, dopo molti tentennamenti, ha mantenuto la possibilità di devolvere il **"5x1000"** delle imposte alle Onlus.

Il Ministero del Tesoro non ha ancora

## Aiutare la vita non le costa nulla!

Per devolvere il Suo 5 per mille a favore di ALT e le sue iniziative contro la Trombosi, firmi nell'apposito riquadro riportato in tutti i modelli per la dichiarazione dei redditi 2006 (CUD 2007, 730/1 bis e Unico), inserendo il codice fiscale di ALT.

Grazie!

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di)

Sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997

FIRMA *Firma di chi dona*

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) **97052680150**

Finanziamento agli enti della ricerca sanitaria

FIRMA \_\_\_\_\_

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) \_\_\_\_\_

**97052680150**

comunicato i risultati della campagna dello scorso anno, che aspettiamo con fiducia, augurandoci di sommarli ai risultati di quest'anno e, speriamo, dei prossimi anni. Vi terremo aggiornati.

### **GENEROSITÀ**

Samsung Electronics Italia e Microsoft Italia hanno donato 4 schermi piatti e 2 pacchetti Office 2007.

ALT ringrazia.

### **FONDO GABRIELLA ATTARDI**

Dopo averci seguito fin dall'anno della nascita di ALT, è mancata Maria Gabriella Attardi. In memoria della sua tenacia e del suo sorriso è stato istituito un fondo a suo nome dedicato allo **studio delle interazioni fra Trombosi e Tumori**.

### **GOLF - TROFEO ALT**

Iniziato in gennaio a Roma presso il Castelgandolfo Golf Club, continua la sua strada faticosa ma remunerativa il

Trofeo di Golf, giunto alla XIX edizione. 37 gare, ospitate nei più prestigiosi Circoli italiani, permetteranno di continuare a finanziare il progetto "Adotta un nuovo medico contro la Trombosi", che permette a un giovane medico di specializzarsi in Medicina Interna presso l'Università degli Studi di Milano.

I giocatori a fine gara compilano il questionario **"Quanta salute hai in tasca?"**, strumento di stimolo a uno stile di vita sano. Anima e motore del trofeo Maria Chiara Chistoni, aiutata dalla sorella Serena: ad ambedue grazie di cuore.

### **I VOLONTARI**

È difficile trovare tempo da dedicare con continuità a un'Associazione non profit: molti lo fanno.

A loro il nostro grazie.

### **ALT A TEATRO**

Alle Società organizzatrici Premier Srl, 22Eventi e Studio Cuore si è aggiunta l'agenzia di spettacoli MG di Maria Grazia Roncali di Brescia: a tutte loro un grazie speciale per aver scelto di destinare ad ALT parte degli introiti degli spettacoli.

### **CATANZARO**

Al Convegno AICE (Associazione Italiana Centri Emofilia), organizzato dal dottor Gaetano Muleo, da anni nostro sostenitore, è stato concesso il **patrocinio di ALT**.



## HANNO PARLATO DI NOI

Mariagrazia Mazzoleni: L'Eco di Bergamo - Alessandro Pellizzari, Mario Pappagallo: Starbene - Sara Gandolfi: Corriere della Sera Magazine - Francesco Brancati: Ansa - Alberto Ceresoli: L'Eco di Bergamo - Livia Zacchetti: Viversani & Belli - Luciana Golem: Natural Style - Sara Annoni: Terzo Settore - Roberto Codazzi, Nicola Arrigoni: La Provincia di Cremona - Ilda Bassi: Corriere della Sera - Fabio Canesi: La vita Cattolica (Cremona) - Tina Mazza: Il Cavaliere d'Italia

### E inoltre grazie alle redazioni di:

Today Pubblicità - A Anna - Il Messaggero (Latina) - Il Messaggero (Frosinone) - Corriere Medico - Il Meridiano - Il corriere di Sesto

### Web:

www.humanitasalute.it www.vita.it www.cremonaweb.it www.corriere.it  
www.vivicorato.it

### Radio e TV:

Maria Luisa Agnese per "Dietro la notizia": RCS - Luigi Ripamonti: RCS - Antonella Vianini: TG4 - Radio Voce della Speranza - Pinuccio del Menico: Telenova - Nicoletta Carbone per Essere e benessere: Radio 24.

**ALT RINGRAZIA**



ASSOCIAZIONE PER LA LOTTA ALLA TROMBOSI - Onlus

Via Cesare Correnti, 14 - 20123 Milano - tel. 02 720 11 444

### LA TROMBOSI È UN NEMICO CHE POSSIAMO COMBATTERE INSIEME

Per questo ho deciso di sottoscrivere un abbonamento annuale a **SALTO** e di sostenere l'Associazione per la Lotta alla Trombosi.  
Ho scelto di abbonarmi in qualità di:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Socio Ordinario € 17   | <input type="checkbox"/> Socio Benemerito € 300                 |
| <input type="checkbox"/> Socio Sostenitore € 60 | <input type="checkbox"/> Nuovo <input type="checkbox"/> Rinnovo |

### Faccio pervenire il mio contributo attraverso:

- Versamento su conto corrente postale n. 50294206
- assegno bancario non trasferibile intestato all'Associazione per la Lotta alla Trombosi - Onlus
- bonifico bancario sul c/c n° 000000013538 ABI 05048 CAB 01604 CIN V presso: Banca Popolare Commercio e Industria Ag 4 - Milano

addebito carta di credito  Carta Attiva ALT  Carta Sì  MasterCard  VISA

n° carta

mese/anno di scadenza

data di nascita

firma del titolare della carta

### Avrò diritto a ricevere SALTO in abbonamento postale a questo indirizzo

Nome Cognome

Via N.

CAP Città

Provincia Età Telefono

Si prega di compilare in stampatello e di inviare in busta affrancata a: ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi - Via Cesare Correnti, 14 - 20123 Milano

In ottemperanza al TESTO UNICO PRIVACY (D.lgs.n.196/2003), Le ricordiamo che i Suoi dati anagrafici sono registrati all'interno dei nostri database a seguito di un Suo esplicito consenso. La nostra informativa privacy, insieme all'elenco aggiornato dei responsabili e ai diritti d'accesso dell'interessato, è pubblicata sul nostro sito Internet [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org), nella sezione Informativa.

# CALENDARIO GARE

# 2007

# XIX

# TROFEO

# ALT

- 20 gennaio - ROMA - **GOLF CLUB CASTELGANDOLFO**  
10 e 11 febbraio - ROMA - **OLGIATA GOLF CLUB**  
11 febbraio - BRESCIA - **GARDA GOLF COUNTRY CLUB**  
11 febbraio - BERGAMO - **LA ROSSERA GOLF COUNTRY CLUB**  
25 febbraio - UDINE - **GOLF CLUB LIGNANO**  
25 febbraio - VARESE - **GOLF CLUB VARESE**  
4 marzo - ANCONA - **CONERO GOLF CLUB**  
4 marzo - BOLOGNA - **GOLF CLUB LE FONTI**  
24 marzo - MILANO - **LUCCHESI G.C. IL LAGHETTO**  
28 marzo - MILANO - **GOLF CLUB MILANO**  
31 marzo - ORISTANO - **IS ARENAS GOLF & COUNTRY CLUB**  
9 aprile - MILANO - **BARLASSINA COUNTRY CLUB**  
22 aprile - SASSARI - **PEVERO GOLF CLUB**  
26 aprile - COMO - **LA PINETINA GOLF CLUB**  
13 maggio - CAGLIARI - **CIRCOLO GOLF IS MOLAS**  
27 maggio - COMO - **GOLF VILLA D'ESTE**  
2 giugno - VERONA - **GOLF CA' DEGLI ULIVI**  
6 giugno - COMO - **GOLF CLUB MONTICELLO**  
12 luglio - GROSSETO - **GOLF CLUB PUNTA ALA**  
14 luglio - MILANO - **MOLINETTO COUNTRY CLUB**  
21 luglio - BRESCIA - **ARZAGA GOLF CLUB**  
2 agosto - ROVIGO - **ALBARELLA GOLF CLUB**  
26 agosto - MILANO - **GREEN CLUB LAINATE**  
6 ottobre - COMO - **MENAGGIO & CADENABBIA GOLF CLUB**  
20 ottobre - MILANO - **GOLF CLUB ZOATE**  
21 ottobre - VERBANIA - **GOLF CLUB ALPINO DI STRESA**  
24 ottobre - COMO - **GOLF CLUB CARIMATE**  
1 novembre - ALESSANDRIA - **CIRCOLO GOLF MARGARA**  
1 novembre - VERBANIA - **GOLF CLUB DES ILES BORROMÉES**  
1 novembre - PADOVA - **GOLF DELLA MONTECCHIA**  
1 novembre - PIACENZA - **CROARA COUNTRY CLUB**  
3 novembre - BRESCIA - **FRANCIACORTA GOLF CLUB**  
4 novembre - PARMA - **GOLF CLUB LA ROCCA**  
4 novembre - PRATO - **LE PAVONIERE GOLF & COUNTRY CLUB**  
10 novembre - TREVISO - **ASOLO GOLF CLUB**  
25 novembre - ROMA - **GOLF MARCO SIMONE**  
8-9 dicembre - ROMA - **GOLF DI ROMA - ACQUASANTA**

Associazione per la Lotta alla Trombosi Onlus



**ALT**  
RINGRAZIA:



**COLLI & PERIN S.R.L.**  
Agenzia Principale MILANO DOGANA  
Via Dogana 1 - 20123 Milano



I circoli,  
Dimensioni Infissi snc,  
Dometrans STI spa.

**18 BUCHE STABLEFORD 3 CATEGORIE**  
**Premi: 1°-2° netto per cat. - 1° lordo - 1ª Lady - 1° senior**  
ALT: via Cesare Correnti, 14 20123 Milano - Tel. 02.72 011 444 - Fax 02.72 021 776  
[www.trombosi.org](http://www.trombosi.org)

**GOLF E' PREVENZIONE E SALUTE**