

GAMBE: Trombosi ed Embolia Polmonare



L'Embolia Polmonare (EP)

è una malattia grave causata da un trombo venoso che migra ai polmoni.

Non siamo tutte uguali davanti al rischio di Embolia Polmonare, ma più soggette a trombosi:

- in età fertile se assumiamo contraccettivi orali o in gravidanza;
- in presenza di tumori, in particolare tumore mammario;
- se a queste condizioni sono associati familiarità per trombosi venosa o fumo di sigaretta o sovrappeso.

Se hai fattori di rischio per EP, chiedi al tuo medico una profilassi con calze elastocompressive.

Se soffri di malattie autoimmuni o infiammatorie, neoplasie attive o sei in trattamento chemioterapico, se hai una sindrome depressiva rivolgiti agli specialisti di riferimento e naturalmente al tuo medico di base:

- > REUMATOLOGO
- > ONCOLOGO
- > PSICOLOGO

Queste condizioni infatti possono aumentare il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari e gli specialisti potranno indicarti la necessità di un approfondimento cardiologico.

Realizzato in collaborazione con

dott.ssa Anna Casati - cardiologa

dott. Davide Corsi - cardiologo

dott. Savino Pasquadibisceglie - chirurgo vascolare
IRCCS San Gerardo dei Tintori Monza



Brianza per il Cuore ODV - ETS

Via Pergolesi 33 - 20900 Monza
Tel 039 2333487

brianzaperilcuore@brianzaperilcuore.net
www.brianzaperilcuore.net



DONNA prenditi a cuore!



IN ITALIA

Quasi 4 donne su 10



muoiono per causa cardiovascolare
(più che per tumore)

Mortalità per
malattia coronarica,
cardiopatie e
situazioni associate



9%
(negli uomini è 10%)

Mortalità
per ICTUS



10%
(negli uomini è 7%)

**E ALLORA COME
POSSO VINCERE?**

NEL PERIODO FERTILE

Sei più protetta dalle malattie cardiovascolari grazie agli ormoni del ciclo.

Se assumi la pillola non iniziare a fumare: questa associazione aumenta il rischio di trombosi venosa.

IN GRAVIDANZA

Attenta a pressione, peso corporeo e glicemia.

Ricorda che eventuali malattie insorte in gravidanza possono ricomparire nel corso della vita (disordini della tiroide, ipertensione, diabete).

Non dimenticare uno screening periodico!

IN MENOPAUSA

In menopausa il metabolismo cambia, aumenta la pressione e i livelli di colesterolo 'cattivo' LDL.

Se hai una menopausa precoce (prima dei 45 anni) ogni anno di diminuzione dell'età di menopausa determina un aumento del 2% del rischio cardiovascolare.

Controlla pressione, peso, glicemia, colesterolo.



MUOVITI

Tieniti in forma:

il sovrappeso predispone allo sviluppo di diabete e ipertensione



SMETTI

Non fumare:

il fumo fa più male alle donne che agli uomini



SCEGLI

Mangia bene:

riduci bevande zuccherate e dolci, condisci con un cucchiaio di olio e preferiscilo al burro, consuma almeno 4-5 porzioni al giorno di frutta o verdura



CONTROLLATI

Hai misurato recentemente pressione, colesterolo, glicemia?

La prevenzione cardiovascolare è importante in tutti i momenti della vita

- ♥ ETÀ FERTILE
- ♥ GRAVIDANZA
- ♥ MENOPAUSA