...cose di Cuore

Associazione di Volontariato Onlus "Amici del Cuore, Venezia"
federata a "Triveneto Cuore" - aderente a "Co.na.cuore"

Notiziario di informazione scientifica, culturale e sportiva per gli associati veneziani

Anno VI - Numero 23
Settembre 2010

Pubblicazione curata e distribuita da "Amici del cuore, Venezia"

SOMMARIO

pag. 1
Intervista degli Amici del Cuore

pag. 2
Intervista degli Amici del Cuore *(continuo)*
Massaggio Cardiaco

pag. 3
E...state con noi
Divertiamoci ballando
Il denaro

pag. 4
Angolo di Storia Veneta
Giornata Mondiale per il Cuore

L'INTERVISTA DEGLI AMICI DEL CUORE

In questo numero il cardiologo risponde a domande sul trattamento anticoagulante

*La prescrizione di farmaci anticoagulanti come il **Sintrom** e il **Coumadin** è molto diffusa, ma sono ancora in molti ad avere dei dubbi riguardo alla dose e al corretto comportamento da tenere durante la terapia. Rivolgiamo alla dottoressa Anna Palma Martino alcune domande per chiarire i dubbi più frequenti.*

D: Quale è lo scopo del trattamento anticoagulante? Che effetto hanno i farmaci anticoagulanti sul nostro organismo?

R. I farmaci anticoagulanti in Italia sono essenzialmente due : il Coumadin il cui principio attivo è Warfarin, e il Sintrom che contiene acecumarolo. Queste sostanze, assunte in dose adeguata, rallentano la normale coagulazione del sangue, evitando la formazione di "trombi", cioè di coaguli, all'interno delle vene delle arterie e del cuore, allo scopo di prevenire ostruzioni ed embolie. Purtroppo la minore coagulabilità del sangue espone a maggiore rischio di sanguinamento ed emorragie interne ed esterne

D. Si tratta quindi di farmaci pericolosi?

R Come tutti i farmaci hanno precise indicazioni, controindicazioni e modalità di utilizzo che, se rispettate, li rendono assolutamente sicuri. In effetti non possono non aumentare il rischio di emorragie ma questo si verifica soprattutto in caso di sovradosaggio cioè di dose più alta del necessario, o in caso di rottura di aneurismi, di varici, ferite e traumi, eventi statisticamente rari.

D. Quale è la dose "giusta" ?

R. Non esiste una dose "giusta" in assoluto. La dose da prendere ogni giorno cambia da paziente a paziente e anche nello stesso paziente non c'è una dose " fissa". Questo perchè la risposta dell'organismo al farmaco cambia sensibilmente in funzione di molte variabili tra cui il cibo e tutte le altre sostanze che introduciamo. Per stabilire la dose giusta per quel paziente in quel momento bisogna quindi periodicamente controllare l'effetto del farmaco

D. In che modo?

R. L'effetto della dose di anticoagulante, sia esso Coumadin o Sintrom, si misura con un esame del sangue chiamato PT (tempo di protrombina). Il valore di riferimento per stabilire la dose di farmaco è l'INR che esprime il rapporto tra il tempo di protrombina del paziente ed uno standard di riferimento "normale" (in pratica il PT di chi non è in terapia). Il valore di INR nelle persone sane che non assumono anticoagulanti è attorno a 1. I pazienti in cura con gli anticoagulanti devono raggiungere e mantenere valori più alti, che vengono indicati dal medico nel momento in cui prescrive la cura. Nella maggior parte dei casi l'INR va mantenuto tra 2 e 3, ma in altri casi sono necessari valori più alti o più bassi, a seconda della situazione clinica del paziente che è alla base della indicazione alla terapia.

D. Come si stabilisce la dose ?

R. All'inizio è il medico che per i primi 2-3 giorni stabilisce una dose standard poi la dose viene prescritta secondo il risultato dell'INR: se INR è più alto del valore che si vuole ottenere, si riduce la dose per evitare un eccesso di scoagulazione, se è più basso si deve aumentare la dose altrimenti il rischio di trombosi resta alto e quindi la terapia non sarà efficace. In sintesi INR più alto significa maggiore effetto, INR più basso significa minore effetto del farmaco anticoagulante. La dose deve essere stabilita dopo ogni controllo fino al controllo successivo.

Continua a pag. 2

TRATTAMENTO ANTICOAGULANTE Continua da Pag.1

Se invece il valore di INR è quello desiderato si continua con la stessa dose. Va detto che il valore di INR si modifica dopo circa 3 giorni di terapia.

D . Come va presa la compressa di anticoagulante? Ci sono regole da rispettare ?

R. E' consigliabile assumere la pastiglia lontano dai pasti principali per non influenzare l'assorbimento del farmaco mescolato al cibo. Una delle cause di effetto eccessivo o scarso e cioè di INR troppo alto o troppo basso è la scorretta assunzione della terapia e il suo scorretto assorbimento: la dose di Sintrom o di Coumadin prescritta dovrebbe essere assunta sempre alla stessa ora, almeno 3 ore dopo o due ore prima dei pasti, scegliendo un orario in cui sia più facile ricordarselo. Non occorre il digiuno assoluto.Di solito si consiglia di assumere il farmaco al pomeriggio, in modo che nel giorno in cui si esegue il controllo del sangue, la terapia viene assunta dopo aver visto il risultato dell'esame, correggendo già la dose, in caso di INR troppo alto o troppo basso.

D. E' vero che le persone in terapia anticoagulante orale non possono bere alcool ne' mangiare verdure?

R Non è esattamente cosi. Non ci sono cibi proibiti ma è opportuno seguire un regime alimentare equilibrato mantenendo costante l'apporto di frutta e vegetali, soprattutto quelli a foglia verde (spinaci, lattuga ecc), cavoli, broccoli, più ricchi di vitamina K (che riduce l'effetto degli anticoagulanti orali). Chi non mangia mai verdura potrà andare incontro a un abbassamento di INR e ad aumento della coagulabilità del sangue, nei giorni successivi a un occasionale, considerevole consumo di verdura. La stessa cosa riguardo a tisane e infusi dei quali non si conosce adeguatamente la composizione.

D. E l'alcool ?

R. L'alcool in quantità eccessiva può alterare l'INR. In genere, a chi non ha controindicazione assoluta all'assunzione di alcol, viene raccomandato di non assumere più di due bicchieri di vino o birra o un bicchierino di grappa al giorno.

D. Può esserci interferenza con altri farmaci?

R. E' possibile e quindi bisogna sempre avvertire tutti i medici cui ci si rivolge che si sta assumendo un anticoagulante orale

D. Se si dimentica la dose ?

R. Se si ritarda di qualche ora l'assunzione del farmaco non si va incontro a particolari problemi, diciamo che c'è tempo fino alla mezzanotte, se invece ci si accorge il giorno dopo di averla dimenticata, si deve "saltare" la dose . NON bisogna mai prendere due dosi lo stesso giorno per compensare la mancata assunzione del giorno prima. Se si teme di non averla presa ma non si ha modo di verificarlo, meglio saltare la dose di quel giorno. E' bene tenere un diario in cui annotare giorno per giorno la dose da prendere e il valore di INR registrato. Meglio avvertire sempre il medico di cambiamenti di dose o dose dimenticata

D. Ogni quanti giorni e' bene controllare INR ?

R Nei pazienti in terapia cronica, in cui il valore è stabilizzato da tempo, si può controllare anche una volta al mese. I controlli devono essere più ravvicinati in caso di valore di INR instabile, insoddisfacente e dopo ogni cambio di schema terapeutico

D. Esiste la possibilità di controllare da soli in tempo di protrombina (INR)?

R Sì, esistono dei piccoli apparecchi portatili che determinano l'INR su sangue capillare (puntura del dito): sono affidabili a patto che vengano rispettate tutte le indicazioni di utilizzo e di conservazione delle schedine. Sono piuttosto costosi e non vi è rimborsabilità da parte del Servizio Sanitario Nazionale. Qualora si opti per questa possibilità è bene discuterne tutti gli aspetti con il proprio medico e, ogni 3-4 controlli "fatti da sé" effettuare anche un controllo nel laboratorio analisi di fiducia

MASSAGGIO CARDIACO ESTERNO

Lunedì 28 giugno, come preannunciato nel nostro precedente bollettino, organizzato dalla Associazione Amici del Cuore - Venezia, si è tenuto presso l'Ospedale Civile SS Giovanni e Paolo, il corso di massaggio cardiaco esterno. Il nostro plauso e ringraziamento vanno agli operatori del Gruppo P.R.E.S.T.O. della U.O. di Cardiologia: Ornella Nisato e Diego Giubilato, per la perizia e la passione dimostrate nell'insegnare le tecniche di rianimazione. Le istruzioni impartite sono state ben assimilate dai quindici partecipanti al corso, come hanno dimostrato durante le simulazioni sui manichini; al termine, è stato consegnato ai partecipanti un attestato di frequenza.

Ricordiamo che da questo mese gli Amici del Cuore, unitamente agli operatori del Gruppo P.R.E.S.T.O si adopereranno per portare il Corso di massaggio cardiaco esterno, in tutte le scuole superiori del centro storico.

G.Men

E... STATE CON NOI

"L'estate sta finendo ed un anno se ne và..."
Con queste parole iniziava una canzone cantata alcuni anni fa dai Righeira.
E' vero cari amici, l'estate volge ormai al termine e nonostante abbia portato giorni estremamente caldi con vari disagi per molti di noi, lascia nel nostro animo un po' di malinconia nel pensare che un'altra stagione della nostra vita è volata via e dovremo affrontare giorni bigi in cui di sole ne vedremo poco e poco assimileremo dei suoi effetti benefici. Ma tant'è! Siamo comunque fortunati poiché siamo complessivamente in buona salute, abbiamo la possibilità di muoverci e svolgere autonomamente i nostri impegni.
Per coloro che non possono dire altrettanto e sono momentaneamente ricoverati nel Reparto di Cardiologia di Venezia ci sono le volontarie ed i volontari della nostra Associazione che ogni giorno della settimana si alternano al loro capezzale pronti a fungere da piccole stelle regalando il calore di un sorriso e di una parola di conforto. I pazienti sono grati di ciò che ricevono, ma credetemi, e lo dico per esperienza diretta, i volontari lo sono ancora di più perché guardando i loro volti che, conversando, si vanno sempre più rasserenando; ciò dona gioia a ciascuno di noi ed una grande ricompensa per il modico tempo che vi dedichiamo (un'ora settimanale); questo ci aiuta anche a sviluppare meglio la capacità di apprezzare ciò che normalmente si dà per scontato.
Che ne dite cari amici a venire a verificare di persona la veridicità di quanto espresso. Aspetto nuove amiche ed amici che abbiano la voglia di regalare settimanalmente ai meno fortunati un'ora del loro tempo: è assicurata la ricompensa in ……. serenità e gioia di vivere!

Non deludetemi, attendo le vostre adesioni ai numeri telefonici 3477522522 - 3381041873

Rita Scognamiglio

DIVERTIAMOCI BALLANDO

Il ballo è un buon esercizio fisico che consente a chi lo pratica di ottenere buoni risultati sia a livello fisico che di socializzazione essendo esso un valido elemento di aggregazione. E' questo un pensiero condiviso dai medici cardiologi, pertanto la nostra Associazione, similmente a quanto già fatto negli anni passati, sta avviando dei contatti con alcune Scuole di Ballo Latino-Americano per organizzare, a condizioni particolarmente favorevoli, nel mese di Ottobre un corso di ballo.

Tutti coloro che fossero interessati a parteciparvi, possono contattare telefonicamente uno dei nostri soci organizzatori (Piero e Piera) al numero 3400060633.

Noi siamo pronti a divertirci ……. E Voi?
Vi aspettiamo numerosi.

La Redazione

IL DENARO

il Denaro può comprare una casa
non una famiglia

il Denaro può comprare l'orologio
non il tempo

il Denaro può comprare un libro
non la conoscenza

il Denaro può pagare un medico
non comprare la salute

il Denaro può comprare il sangue
non la vita

il Denaro può comprare il sesso
non l'amore

il Denaro può comprare i fiori
non la primavera

il Denaro può comprare ciò che vuoi
non la felicità

Angolo di storia veneta

LE BANCHE A VENEZIA DAL XIII AL XVIII SECOLO (G. Meneghetti)

(SECONDA PARTE) A tale riguardo ecco una sentenza degli Avogadori datata 28 luglio 1348, conservata nel Capitolare dei Soprabanchi, contro il banchiere Pietro Cortesi. Questo viene condannato in contumacia a 100 lire dei piccoli, con l'interdizione di tenere cambio in Rialto perché colpevole di aver lacerato per frode due fogli del suo registro, dove risultava che un suo cliente padovano di nome Giovanni di Bolpario aveva già saldato il suo debito nei confronti del Cortesi. Inoltre la sentenza ordina che la sua infamia venga gridata sulle scale del Rialto.
Per il momento, siamo intorno al 1300, vediamo che i banchieri continuano anche a fare i cambiavalute e notiamo che il problema banche e cambiavalute è sentito delle autorità. Una legge del 7 gennaio 1358 elegge nove sapienti per provvedere alla scarsità di moneta sonante fra i negozianti; un'altra legge del 19-2-1359 vieta ai banchiere di tenere sopra i banchi monete stronzate (termine tecnico per indicare monete di metallo pregiato limate).
Il 20 ottobre 1361 viene dato incarico ai Sapienti sopra le monete di riferire sulle autorizzazioni ad aprire banchi di cambio.
Mentre l'ultimo giorno di agosto del 1374 vengono eletti 5 sapienti sopra i banchi:
Ser Michael Maurocenus provisor
Ser Zacharias Contareno
Ser Paulus Marcello
Ser Phedericus Cornario
Ser Simeon Michael
La legge del 28 settembre 1374 emanata a seguito degli studi compiuti dai commissari restringe l'attività commerciale dei banchieri; infatti viene ad essi vietato di investire i capitali propri e depositati da altri nel commercio di rame, stagno, ferro, piombo, argento perché materie queste, aventi allora oscillazioni di prezzo e di non facile convertibilità in denaro.

(continua)

Il Gobbo del Rialto si trova in Campo San Giacometo e rappresenta un uomo ricurvo che sorregge una scalinata che porta alla pietra del bando.

GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE

"LAVORA CON IL CUORE" " WORK WITH HEART"

ideata da
World Heart Federation
promossa in Italia con la collaborazione di
Federazione Italiana di Cardiologia
Ministeri e Istituzioni
Società Scientifiche

L'ASSOCIAZIONE AMICI DEL CUORE VENEZIA

CON LA COLLABORAZIONE DELLA UNITA' OPERATIVA DI CARDIOLOGIA DELL'OSPEDALE CIVILE SS. GIOVANNI E PAOLO E ULSS 12 VENEZIANA

Sabato 25 settembre 2010 dalle ore 9:00 alle ore 13:00

mette a disposizione dei cittadini i numeri telefonici

0415295506 e 0415294648

ai quali telefonare per ricevere informazioni su problemi e rischi cardiovascolari anche in funzione dell'attività lavorativa svolta. I volontari dell'Associazione Vi metteranno in contatto con i medici della cardiologia per ricevere spiegazioni su quanto richiesto.

Amici del cuore, Venezia
Associazione di volontariato - ONLUS
c/o Cardiologia Ospedale Civile di Venezia
Castello 6777 - 30122 Venezia
Cell. 338 1041873 - Fax 041.5294943
E-mail: info@amicidelcuorevenezia.org
Sito web: www.amicidelcuorevenezia.org
C.c.p. N° 25910480 - Iban: IT49 J076 0102 0000 0002 5910 480
Banca Popolare di Vicenza
C.c.b. N° 268980 - Iban: IT80 Z057 2802 0031 5757 0268 980
ORARI SEGRETERIA: martedì e giovedì dalle ore 15 alle ore 18
Siamo presenti anche in palestra al Lido Martedì e Venerdì

Siti Internet

Sito dell'Associazione:
www.amicidelcuorevenezia.org
visitate il Blog ed esprimete il
Vostro parere e forniteci suggerimenti!

Sito del Coord. Triveneto al quale siamo federati:
www.trivenetocuore.it

Sito del coordinamento nazionale al quale aderisce anche la nostra Associazione:
www.conacuore.it