

## MALATTIA VENOSA CRONICA

L'Insufficienza Venosa Cronica si manifesta attraverso sintomi che coinvolgono gli arti inferiori e che vanno dal semplice gonfiore fino ad alterazioni più gravi, come pesantezza delle gambe, formicolii, prurito, bruciori, crampi notturni, capillari in evidenza, alterazioni cutanee, vene varicose, ulcerazioni.

Questi segnali possono manifestarsi in qualsiasi periodo dell'anno, ma si accentuano soprattutto durante i mesi estivi.

Scopriamo assieme al Dottor Di Mitri come poter combattere questa patologia.

Cosa si intende per Malattia Venosa Cronica? La Malattia Venosa Cronica (MVC) è definibile come l'insieme delle manifestazioni cliniche legate ad un'anomalia funzionale del sistema venoso. In termini più semplici la malattia è caratterizzata da una progressiva difficoltà del sangue venoso di ritornare dalla periferia degli arti al cuore. Dai dati epidemiologici emerge il dato sconcertante che la malattia è spesso sottovalutata o ridotta ad un problema estetico. Purtroppo finora non siamo riusciti a far capire alla classe medica, ai pazienti, e alla politica sanitaria la pericolosità della malattia e le sue possibili conseguenze. È esperienza comune infatti che da disturbi di modesta importanza, dalla fase iniziale (dolore, smania, pesantezza, crampi notturni, ecc) la malattia può evolvere in segni evidenti come l'edema e le varici fino alle complicanze più drammatiche (ulcerazioni cutanee, lipodermatosclerosi, tromboflebiti, embolia polmonare).

Quali sono le cause? Al di là della discussa predisposizione ereditaria

(alterazioni dell'elasticità della parete delle vene e distruzione delle valvole) fattori determinati nella comparsa della malattia sono: gravidanze, obesità, assunzione di contraccettivi orali, difetti del piede e della postura, stitichezza cronica, attività lavorative che comportano una prolungata stazione eretta e vicino a fonti di calore, menopausa, trombofilia, ecc.

Che genere di complicazioni possono insorgere se non viene adeguatamente curata? La malattia può evolvere molto lentamente e asintomatica per tutta la vita o può con il contributo dei fattori predisponenti intercorrenti peggiorare e determinare dapprima disturbi e poi complicanze come l'edema, le pigmentazioni, le varici, le trombosi venose superficiali e profonde, le ulcerazioni, le alterazioni cutanee (atrofia, lipodermatosclerosi, ulcere, discromie, corona teleangectasica, ecc), l'embolia polmonare.

Esistono persone particolarmente predisposte all'IVC? Tra i soggetti

predisposti alla Malattia Venosa Cronica è possibile menzionare coloro che hanno familiarità o predisposizione genetica (Trombofilia) con la patologia. Anche i soggetti che per attività lavorativa sono costretti a stare molto tempo in piedi e fermi e magari vicino a fonti di calore possono incorrere nei sintomi più comuni. Le donne che assumono per numerosi anni terapie ormonali o hanno avuto numerose gravidanze, i soggetti obesi e coloro che presentano alterazioni della postura e dell'appoggio plantare sono infine particolarmente esposti all'insorgere della patologia.

Quali terapie sono disponibili presso la Casa di Cura San Rossore? La Casa di Cura di San Rossore mette a disposizione dei pazienti:

- percorsi diagnostici di valutazione del rischio trombo embolico

- diagnosi clinica e strumentale (ecocolordoppler) di malattia venosa cronica

- prevenzione e trattamento degli edemi degli arti inferiori da causa varia

- trattamento degli inestetismi cutanei (teleangectasie, vene reticolari ecc) con Laser o Scleroterapia

- trattamento delle varici degli arti inferiori (con tecnica tradizionale; Endovascolare Laser-Radiofrequenza-Scleromousse; con strategia conservativa CHIVA ecc)

- trattamento delle ulcere flebo-linfostatiche

- trattamento dei Linfedemi cronici

- diagnosi di CCSVI secondo il Metodo Zamboni nei pazienti affetti da Sclerosi Multipla

- trattamento di Liberazione (Angioplastica) della CCSVI con protocollo Zamboni

- percorso integrato Podologo-Fisioterapia

dei difetti posturali e dell'appoggio plantare

- innesti cutanei nelle ulcere flebo statiche non rispondenti alla terapia elastocompressiva e alle medicazioni avanzate

- trattamento degli edemi con pressoterapia, elettrostimolazione

- diagnosi e trattamento delle Trombosi Venose e Embolia Polmonare

- controllo e regolazione del trattamento anticoagulante orale

È possibile guarire per sempre dall'IVC? Essendo una malattia per definizione cronica non si può parlare di guarigione definitiva ma di trattamento della fase sintomatica, della prevenzione e della stabilizzazione della malattia venosa cronica e delle sue complicanze.

Alcuni consigli per la prevenzione e/o per rallentare la progressione della malattia

- evitare nel limite del possibile di stare in piedi e fermi per lunghi periodi di tempo. Quando obbligati per lavoro (commesse, fornai, parrucchiere, infermiere, medici ecc...) alzarsi di frequente sulle punte dei piedi: questo esercizio stimola la pompa muscolare del polpaccio, favorendo il ritorno del sangue al cuore;

- camminare almeno un'ora al giorno (magari parcheggiando la macchina lontano dal luogo di destinazione);

- dormire con gli arti inferiori sollevati di circa 15 centimetri, mettendo un cuscino sotto il materasso (non sotto i piedi), o addirittura sollevando il letto dalla parte dei piedi con uno zoccolo di legno;

- evitare forme di calore diretto sulle gambe (stufe, radiatori, bagni eccessivamente caldi);

- il sole non è controindicato! Basta prenderlo nel modo migliore. Non è il sole che fa male, ma il calore che ad esso si associa;

- usare scarpe comode, con tacco di 2-3 centimetri, a pianta larga;

- correggere la deambulazione: se avete malformazioni dei piedi (piattismo, alluce valgo, scoliosi...) correggete la postura e la deambulazione con l'ausilio di un plantare, che svolge benefiche azioni sulla pompa muscolare;

- evitare il sovrappeso;

- fare attività sportiva (nuoto e camminare possono andare bene);

- evitare la stitichezza, che rende difficile il deflusso venoso a livello addominale;

- utilizzare le calze elastiche;

- idratare frequentemente la pelle per combattere la secchezza;

- assumere flavonoidi (antiossidanti) soprattutto nei cambi stagionali;

- valutare attentamente la necessità/opportunità di assumere la pillola anticoncezionale o le terapie ormonali in genere.



CENTRO VASCOLARE TOSCANO  
**DOTT. ROBERTO DI MITRI**

SEGRETERIA PRENOTAZIONI VISITE MEDICHE

TEL +39 050 586430

+39 050 586353

INFO@CENTROVASCOLARETOSCANO.COM

