

METTI IN CIRCOLO LA PREVENZIONE

**Corretti stili di vita riducono il rischio di infarto,
ictus e altre malattie cardio-cerebro-vascolari**



Abruzzo Sanità: il nostro impegno per la tua salute.

Cari cittadini, è con orgoglio
la terza di dieci Campagne di Comunicazione sanitaria
che la Regione Abruzzo ha predisposto, insieme alle
quattro ASL provinciali.

Si tratta di un percorso che si snoda attraverso diversi temi legati alla nostra salute, e che mira a sensibilizzare i cittadini sulle possibilità di prevenzione e di cura delle più importanti patologie, ma anche ad informare sulle strutture e sui servizi sanitari abruzzesi, che offrono tutti cure all'altezza, professionisti preparati e tecnologie moderne. Il nostro impegno per garantire prestazioni di sempre maggiore qualità, passa anche da una costante e approfondita Comunicazione Istituzionale che, non solo mette in grado gli utenti di scegliere con maggiore competenza e consapevolezza come gestire la propria salute, ma consente anche agli operatori sanitari un continuo confronto, utile a creare tra loro nuovi legami e nuove opportunità di collaborazione, sempre utili a migliorare la qualità dei servizi per i nostri cittadini.

Ringrazio tutti coloro che hanno permesso la realizzazione di questo progetto ambizioso; la Sanità abruzzese si dimostra sempre più capace di affrontare e gestire gli importanti cambiamenti di cui è stata oggetto, grazie anche alla fondamentale cultura del servizio che anima da sempre gli operatori sanitari.

*Il Presidente della Regione Abruzzo
Gianni Chiodi*

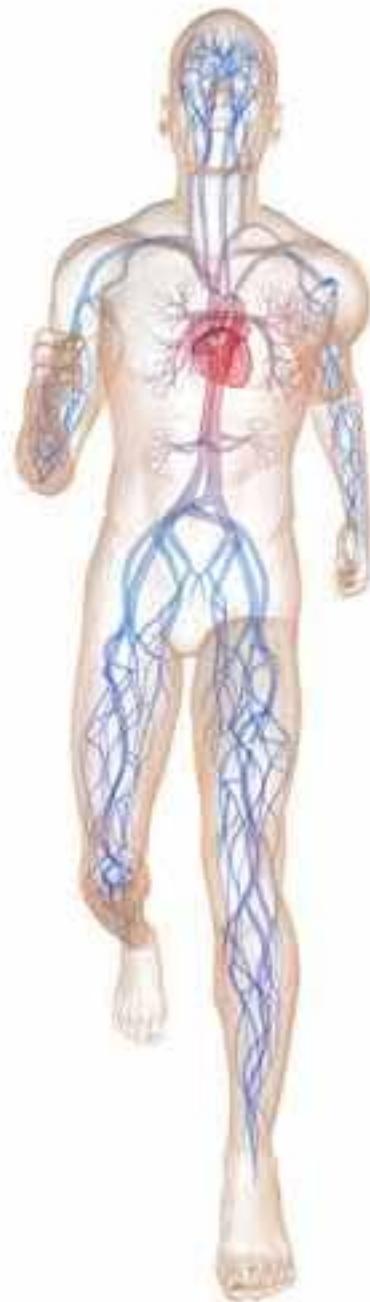


LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI

Le malattie cardiovascolari, ed in particolare l'infarto cardiaco e l'ictus cerebrale, sono tra le principali cause di disabilità e mortalità nella popolazione generale. L'infarto cardiaco e l'ictus cerebrale ischemico si verificano per occlusione di un vaso arterioso, l'ictus cerebrale emorragico per rottura di un vaso. In assenza di ossigeno e nutrienti le cellule del cuore e del cervello muoiono entro pochi minuti.

Fattori di rischio

- **I FATTORI DI RISCHIO PER L'INFARTO CARDIACO E L'ICTUS CEREBRALE SONO COMUNI, E POSSONO ESSERE DISTINTI IN MODIFICABILI E NON MODIFICABILI.**
- **I FATTORI DI RISCHIO NON MODIFICABILI SONO L'ETÀ, IL SESSO E LA PRESENZA DI UNA STORIA FAMILIARE PER PATOLOGIE VASCOLARI.**
- **I FATTORI DI RISCHIO MODIFICABILI SONO L'IPERTENSIONE ARTERIOSA, LA FIBRILLAZIONE ATRIALE, IL DIABETE, L'IPERCOLESTEROLEMIA, L'OBESITÀ, IL FUMO DI SIGARETTA, L'ABUSO DI ALCOL E LO STILE DI VITA SEDENTARIO.**



LA PREVENZIONE

L'infarto cardiaco e l'ictus cerebrale possono essere evitati agendo sui fattori di rischio modificabili mediante un corretto stile di vita e trattamenti medici:

- **DIETA SANA ED EQUILIBRATA CHE INCLUDA CONSUMO DI FRUTTA, VERDURE, FIBRE E PESCE E UN LIMITATO APPORTO DI SALE, GRASSI ED ALCOL;**
- **RIDUZIONE DEL PESO CORPOREO SE IN SOVRAPPESO;**
- **REGOLARE ATTIVITÀ FISICA AEROBICA ALMENO 30 MINUTI AL GIORNO, TUTTI I GIORNI (AD ESEMPIO CAMMINARE A PASSO VELOCE);**
- **STOP AL FUMO DI SIGARETTA;**
- **IDENTIFICAZIONE E TRATTAMENTO DEI FATTORI DI RISCHIO NOTI (IPERTENSIONE ARTERIOSA, DIABETE, IPERCOLESTEROLEMIA, FIBRILLAZIONE ATRIALE, SOVRAPPESO).**



LA DIAGNOSI E LA CURA

Le patologie cardio-cerebro-vascolari possono essere individuate e curate prima che esse si presentino nella forma acuta dell'infarto miocardico e dell'ictus cerebrale. Le ASL abruzzesi offrono i necessari servizi ambulatoriali, diffusi su tutto il territorio regionale.

ELENCO AMBULATORI A CUI POTER ACCEDERE PRENOTANDO AL CUP:

ASL 1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA

N. VERDE 800 862 862

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI

N. VERDE 800 324 632

ASL3 PESCARA

TEL. 085/4253232

ASL4 TERAMO

TEL 0861/ 429222/223

Ambulatori di Cardiologia

ASL 1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA

Avezzano

Ospedale - Via G. Di Vittorio

Avezzano

Via Monte Velino n.18

Barisciano

Via Dietro della Chiesa

Castel di Sangro

Ospedale - Via Della Croce

Celano

Via della Sanità

Civitella Roveto

P.zzale della Stazione

L'Aquila

Ospedale - Via L. Natali

Montereale

Via della Molinella Fraz. Piedicolle

Paganica

Via degli Alpini

Pescina

Via S. Rinaldi

Rocca di Mezzo

Strada Prov.le per L'Aquila

San Demetrio

Via XXIV Maggio
Sulmona
Ospedale - Via G. Mazzini
Tagliacozzo
Via Variante
Tornimparte
Fraz. Rocca S. Stefano
Trasacco
Via Cifilanico

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI

Bucchianico
P.zza Roma
Chieti
Via Tiro a Segno
Chieti
Ospedale - Via Dei Vestini
Chieti scalo
Via De Litio n.24
Francavilla a Mare
Contrada Alento
Guardiagrele
Via Anello
Lanciano
Ospedale - Via per Fossacesia
Miglianico
Via Costa delle Forma n.22
Orsogna
Via G. Magno s.n.
Ortona
Ospedale – Contrada Santa Liberata
Ortona
P.zza S. Francesco n.4
S. Giovanni Teatino
Via Cavour 4/2
Tollo
Via Principessa di Piemonte snc
Vasto
Ospedale - Via S. Camillo De Lellis
Vasto
Via Michetti n. 86

ASL3 PESCARA

Catignano
P.zza S. Francesco n.6
Cepagatti
S.S. n. 602
Città S. Angelo
Largo Baiocchi
Civitella Casanova
Via F.lli Granchelli n.8

Loreto Aprutino
Via D. Chiarelli n.2
Montesilvano
Corso Umberto n. 447
Penne
Contrada Carmine n. 107
Penne
Ospedale - Via Battaglione Alpini
Pescara
Ospedale - Via Fonte Romana
Pescara Nord
Via Nazionale Adriatica nord n.140
Pescara Sud
Via Rieti n.47
Popoli
Ospedale - Via Saffi
S. Valentino
Via G. Falcone n.125
Scafa
Via della Stazione n. 61
Spoltore
Via del Convento
Tocco da Casauria
Via XX Settembre

ASL4 TERAMO

Atri
Ospedale - Via Finocchi
Giulianova
Ospedale Via Gramsci
Montorio
Contrada Piane
Nereto
Via Lenin
Roseto
Via Adriatica
S.Omero
Ospedale - C.da alla Salara
Teramo
Circonvallazione Ragusa n.1
Teramo
Contrada Casalena
Teramo
Ospedale - P.zza Italia
Villa Rosa di Martinsicuro
Via Amendola

Ambulatori di Neurologia

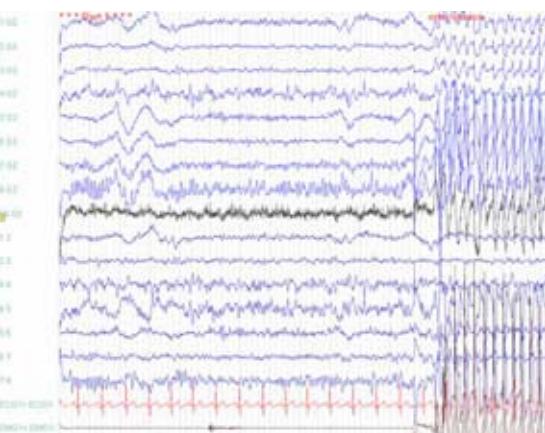
ASL 1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA

Avezzano
Ospedale Via - G. Di Vittorio
Avezzano
Via Monte Velino
Barisciano
Via Dietro della Chiesa
Celano
Via della Sanità
Civitella Roveto
Pzzale della Stazione
L'Aquila
Ospedale - Via L. Natali
Paganica
Via degli Alpini
Pescina
Via S. Rinaldi
Pizzoli
Via Colle Musino n.2
Sulmona
Ospedale - Via G. Mazzini
Tagliacozzo
Via Variante
Trasacco
Via Cifilanico

Gissi
Via Italia
Lanciano
Via Don Minzoni
Lanciano
Ospedale - Via per Fossacesia
Miglianico
Via Costa della Forma n.22
Orsogna
Via G. Magno s.n.
Ortona
Pzza S. Francesco n.4
S. Giovanni Teatino
Via Cavour 4/2
San Salvo
Via A. De Gasperi
Tollo
Via Principesse di Piemonte snc
Torricella Peligna
Via Brigata Maiella
Vasto
Ospedale - Via S. Camillo De Lellis
Vasto
Via Michetti n. 86
Villa S.Maria
Via Roma n. 37

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI

Atessa
Via Gramsci
Casalbordino
Via Portanuova n.6
Casoli
Via Aventino
Castiglione M. Marino
Via De Gasperi n.1
Chieti
Via Tiro a Segno
Chieti
Ospedale - Via Dei Vestini
Chieti Scalo
Via De Litio n.24
Francavilla a Mare
Contrada Alento



ASL3 PESCARA

Cepagatti

S.S. n. 602

Città S. Angelo

Largo Baiocchi

Loreto Aprutino

Via D. Chiarelli n.2

Montesilvano

Corso Umberto n. 447

Penne

Ospedale - Via Battaglione Alpini

Pescara

Ospedale - Via Fonte Romana

Pescara Nord

Via Nazionale Adriatica nord n.140

Pescara Sud

Via Rieti n.47

Popoli

Ospedale - Via Saffi

S. Valentino

Via G. Falcone n.125

Scafa

Via della Stazione n. 61



ASL4 TERAMO

Atri

Ospedale - Via Finocchi

Montorio

Contrada Piane

Nereto

Via Lenin

Roseto

Via Adriatica

Teramo

Ospedale - P.zza Italia

Teramo

Circonvallazione Ragusa n.1

LA FASE ACUTA

In caso di infarto cardiaco o di ictus cerebrale è fondamentale recarsi al più presto in ospedale in quanto misure tempestive permettono di ripristinare l'apporto di sangue al cuore e al cervello migliorando la possibilità di sopravvivenza e di recupero del danno subito.

In questi casi è consigliabile chiamare il 118 all'esordio dei sintomi per poter essere trasportati nella struttura più adeguata per la cura della patologia in atto.

SINTOMI DELL'INFARTO CARDIACO

Il sintomo principale è rappresentato da dolore toracico, intenso, costrittivo, con senso di oppressione o bruciore, persistente o ricorrente.

Il dolore può irradiarsi alle braccia, alla spalla sinistra, ai gomiti, alla mascella o alla schiena. Al dolore possono accompagnarsi altri sintomi quali difficoltà a respirare, nausea, vomito, pallore cutaneo, debolezza e sudorazione fredda.

SINTOMI DELL'ICTUS CEREBRALE

I sintomi più comuni sono rappresentati da perdita di forza ad un arto o ad un intero lato del corpo, da deviazione dell'apertura della bocca e da difficoltà a parlare. Possono esserci altri sintomi, quali difficoltà a mantenere l'equilibrio o a coordinare i movimenti, perdita della sensibilità ad un arto o ad un intero lato del corpo, perdita improvvisa della vista in un occhio o in una parte del campo visivo o sdoppiamento delle immagini. Possono talora associarsi ai sintomi descritti, confusione mentale, vertigini e cefalea.

OSPEDALI CON UNITÀ DI TERAPIA INTENSIVA CORONARICA (UTIC)

ASL 1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA

Ospedale de L'Aquila (Emodinamica - U.T.I.C.)
Ospedale di Avezzano (Emodinamica - U.T.I.C.)
Ospedale di Sulmona (U.T.I.C.)

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI

Ospedale di Chieti
(Cardiochirurgia - Emodinamica - U.T.I.C.)
Ospedale di Lanciano (U.T.I.C.)
Ospedale di Vasto (U.T.I.C.)

ASL3 PESCARA

Ospedale di Pescara (Emodinamica - U.T.I.C.)

ASL4 TERAMO

Ospedale di Teramo
(Cardiochirurgia - Emodinamica - U.T.I.C.)
Ospedale di Giulianova (U.T.I.C.)
Ospedale di Atri (U.T.I.C.)

OSPEDALI CON STROKE UNIT

ASL 1 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA

Ospedale de L'Aquila (Neurochirurgia – Radiologia vascolare interventistica - Stroke Unit)
Ospedale di Avezzano (Radiologia vascolare interventistica - Stroke Unit)

ASL2 LANCIANO VASTO CHIETI

Ospedale di Lanciano (Stroke Unit)

ASL3 PESCARA

Ospedale di Pescara (Neurochirurgia – Radiologia vascolare interventistica - Stroke Unit)

ASL4 TERAMO

Ospedale di Teramo (Neurochirurgia – Radiologia vascolare interventistica - Stroke Unit))

STROKE UNIT Unità per la diagnosi e terapia tempestiva dell'ictus

