

Club news




Dott.ssa Gabriella Nataloni
Medico Chirurgo
Specialista in Medicina Interna
Certificato dall'American Board
of International medicine



Check - up: il "tagliando" per tutti dai 40 in poi

Stress, ansia, fattori ambientali, cattive abitudini alimentari, fumo, alcol, ereditarietà, sedentarietà: ecco i rischi più comuni per la nostra salute

Dottoressa Nataloni, perché si parla tanto di check-up? Oggi otto malattie su cento, in particolare patologie cardiovascolari e tumori, sono prevenibili. Ovviamente, per ottenere questo risultato bisogna aiutarci, volersi bene, quindi smettere di fumare, di eccedere con l'alcol, controllare il peso, avere un'alimentazione sana, un sonno adeguato e fare esercizio fisico. Molto più difficile è sapere in anticipo se qualcosa non funziona a dovere, soprattutto in organi come il cuore o la mammella che

con l'avanzare dell'età diventano sempre più a rischio. Quando è utile il check - up? Per conoscere il proprio stato di salute oppure nel caso si avvertono sintomi diversi non in correlazione apparente tra loro. Una diagnosi precoce può aiutare a salvarsi la vita, oppure a scoprire sul nascere patologie che potrebbero svilupparsi successivamente, quindi perché non prevenirle?

Uomo e donna: il primo il check-up sempre a 40 anni? Certamente! Non esistono differenze sostanziali a meno che non si abbiano nella donna delle fa-



miliarità con, per esempio, tumori al seno o all'intestino, in questo caso sarebbe bene effettuare controlli come ecografia e mammografia o colonscopia precocemente, anche prima dei quarant'anni.

Invece, come porsi prima dei 35 anni? Per gli individui a rischio sarebbe opportuno anche prima dei 40 anni e mirato sulle possibili patologie nascoste dietro la familiarità. Altrimenti, alimentazione, il controllo del peso e lo sport sono fondamentali per mantenere un buono stato di salute. Ovviamente prima di praticare uno sport, a qualsiasi livello, è necessaria una visi-

ta medica con esame elettrocardiografico, magari anche sotto sforzo ed eventualmente, a seconda dei casi, ecocardiogramma per stare più tranquilli. Come si organizza un check-up? Senza dubbio non si può pianificarlo da soli. Un check-up deve essere mirato alle singole necessità. E' necessario, quindi, affidarsi ad un medico coordinatore, un medico specializzato in medicina interna, che svolga l'anamnesi, cioè la raccolta di tutte le informazioni sulla storia clinica, prescrivere gli esami specialistici adeguati per poi valutarne i risultati, prescrivere eventuali terapie e controlli successivi.



SERVIZIO D'URGENZA H 24

Hai bisogno di una risonanza magnetica, di una tac o un'ecografia urgente?

Hai subito un trauma, hai bisogno di una medicazione, di una visita medica oppure avuto un malessere?

A Villa Stuart è attivo il Servizio d'Urgenza attivo 24 ore su 24

- guardia medica
- reperibilità degli specialisti
- personale di laboratorio
- radiologia
- chirurgia generale
- trauma centre
- traumatologia dello sport
- sale operatorie

Come si attiva il servizio? Chiamando il numero verde

DEDICATO A CHI FA SPORT

VILLA STUART SPORT CLINIC offre un'assistenza completa che si occupa di prevenzione - con la visita medico sportiva - di diagnostica, ortopedia, traumatologia dello sport, fisioterapia, e preparazione atletica. Effettuando la Visita Medico Sportiva verrà rilasciata gratuitamente una Personal Card che dà diritto ad una serie di facilitazioni in caso di emergenza da trauma sportivo.



Per informazioni rivolgersi a:
Villa Stuart Sport Clinic - Istituto di Medicina dello Sport
Tel 06-35528393 - 35528394
Via Trionfale, 5952 Roma (zona Balduina)



CASA DI CURA VILLA STUART
VIA TRIONFALE, 5952 (BALDUINA)

INFORMAZIONI E APPUNTAMENTI PER CHECK-UP PERSONALIZZATI
06-35528200