

In Salute

UROLOGIA, VISITE DI CONTROLLO PER LA PREVENZIONE

Nove volte su dieci gli uomini si rivolgono all'urologo solo in caso di gravi patologie. Ossia quando è più difficile evitare complicanze. Ecco perché la Società Italiana di Urologia (SIU) ha dedicato il mese di giugno alla prevenzione.

*A domanda risponde Carlo Del Boca
Direttore UO di Urologia - ASST di Cremona*



Prevenzione in ambito urologico, quanto è importante?

Moltissimo, perché permette di ridurre la frequenza sia di patologie tumorali (prostata, rene, vescica e testicolo), sia di patologie benigne (calcolosi urinaria, iperplasia benigna della prostata e prostatiti, infertilità maschile e disfunzioni sessuali).

È efficace ad ogni età, per questo adottare corretti stili di vita e effettuare visite periodiche di controllo porta sempre beneficio.

Quali sono i corretti stili di vita da adottare?

Smettere di fumare, se si ha questa cattiva abitudine. Il fumo di tabacco è un importante fattore di rischio: i tumori della vescica e delle alte vie escretorie urinarie sono favoriti dal fumo.

È importante anche seguire una dieta bilanciata: ad esempio un'alimentazione troppo ricca di proteine e grassi saturi si ipotizza sia correlata con i tumori renali e prostatici. Nelle persone che hanno avuto coliche renali o affette da calcolosi, l'assunzione di abbondanti liquidi e quindi la diluizione delle urine rappresenta la pietra miliare della prevenzione.

La prevenzione è importante, ma anche diagnosi precoce...

La diagnosi precoce è fondamentale: consente di identificare la patologia nelle fasi iniziali quando la terapia è risolutiva. Per fare un esempio, la diffusione del test prostatico (PSA) ha completamente rivoluzionato la storia naturale del tumore alla prostata. Prima dell'utilizzo di tale metodica il tumore veniva quasi sempre diagnosticato in fasi avanzate, suscettibile solo di terapia palliativa. Oggi, nella grande maggioranza dei casi (80%), viene scoperto in fase iniziale e quindi è potenzialmente curabile e guaribile. Lo stesso concetto si applica ovviamente anche su molte altre patologie urologiche, come per esempio il cancro della vescica o del rene.

Qual è il potenziale diagnostico dell'Urologia di Cremona?

Le diagnosi vengono effettuate con tutte le potenzialità offerte dall'Ospedale nel suo complesso, che a mio parere è molto aggiornato. L'urologo che deve approfondire una diagnosi si può avvalere di una radiologia di alto livello clinico e tecnologico, di diagnostiche di laboratorio sofisticate e di un ottimo servizio di anatomia patologica. Nel campo più specifico urologico si sta sostituendo l'endoscopia delle vie urinarie (strumenti rigidi) con l'endoscopia flessibile, molto meno invasiva e più gradita ai pazienti.

Il vostro punto di forza?

I punti di forza penso siano molteplici. Anzitutto quello di far parte di un Ospedale attrezzato per tutte le emergenze e i casi più complessi. Inoltre, a fare la differenza è la preparazione e l'affiatamento del personale medico e infermieristico del reparto. Ritengo che una struttura di Urologia, inserita in un contesto ospedaliero come quello cremonese, possa dare una risposta clinicamente adeguata a tutte le patologie che afferiscono all'unità operativa stessa. Per risposta adeguata intendo il complesso di procedure migliori per il paziente privilegiando quelle meno invasive a parità di efficacia. Un esempio su tutti, per il trattamento di rene e prostata si preferisce sempre di più un approccio chirurgico in laparoscopia, rispetto a quello tradizionale proprio per il minor impatto sul paziente mantenendo sempre gli stessi standard qualitativi.

INFORMAZIONI

Tel 0372 405295

e-mail c.delboca@asst-cremona.it



LE 7 REGOLE DELLA PREVENZIONE

- 1 Bevi con regolarità un'adeguata quantità di acqua.** Almeno 1,5 litri d'acqua ad intervalli regolari durante tutta la giornata.
- 2 Segui una corretta alimentazione.** Limita il consumo di grassi animali, birra, insaccati, spezie, pepe, peperoncino, alcolici e superalcolici, caffè. Privilegia i cibi contenenti sostanze antiossidanti quali vitamina A (carote, albicocche, spinaci, broccoli, pomodori), vitamina C (ribes, kiwi, agrumi, fragole, mirtilli, cavolfiori, peperoni), vitamina E (olio d'oliva, oli vegetali, germe di grano), selenio (carne, noci, tuorlo d'uovo), zinco (carni rosse, noci, fegato).
- 3 Effettua una visita urologica nelle varie fasi della vita: pubertà, età adulta e terza età.** Prendi esempio dal mondo femminile: la prevenzione si fa a tutte le età
- 4 Presta attenzione a quante volte urini e se avverti bruciore.** L'aumento della frequenza minzionale e la presenza di bruciore sono i primi segnali di infezione della vescica e della prostata.
- 5 Presta attenzione ad eventuali perdite involontarie di urina.** È importante non trascurare anche il minimo episodio di incontinenza urinaria, sia sotto sforzo che a riposo.
- 6 Consulta sempre un urologo se vedi sangue nelle urine.** Anche un singolo episodio di sangue nelle urine (ematuria) può rappresentare un sintomo precoce di gravi patologie dell'apparato urogenitale.
- 7 Dopo i 50 anni effettua almeno una volta l'anno un prelievo di sangue per controllare il PSA e il testosterone**

ASST di Cremona - Azienda Socio Sanitaria Territoriale

Prenotazioni ambulatoriali

numero verde 800 638 638 - mobile 02 99 95 99

URP Tel 0372 405550 e-mail: urp@asst-cremona.it

www.asst-cremona.it