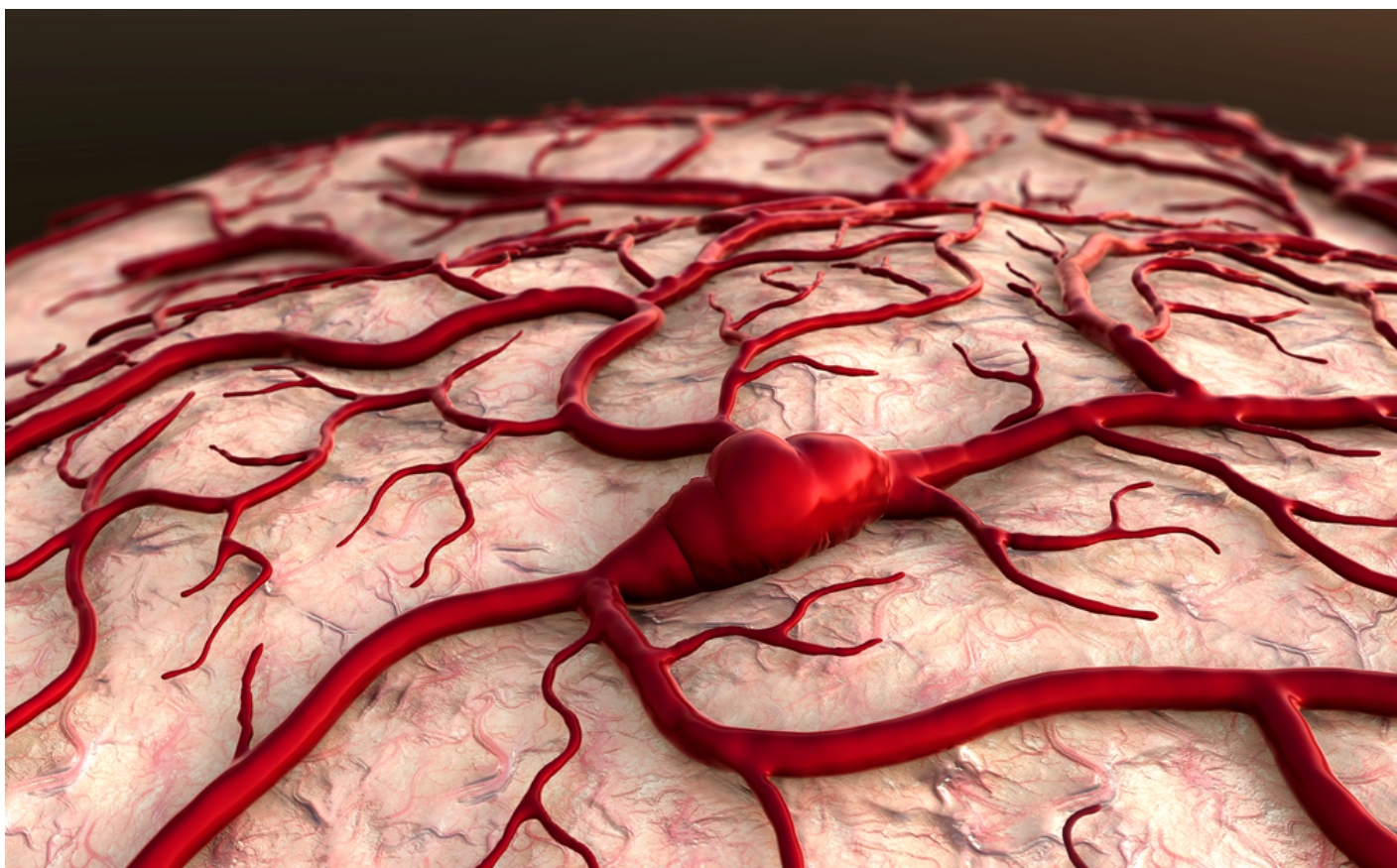


I campanelli d'allarme dell'ictus: impara a riconoscerli e agisci in fretta

Autore: Redazione

Data: 26 Agosto 2024



Un **ictus** si verifica quando c'è una **perdita improvvisa di una o più funzioni cerebrali**. Questo può essere causato da un'**interruzione del flusso sanguigno al cervello** o da un'**emorragia cerebrale**. L'ictus rappresenta una grave minaccia per la salute, essendo la terza causa di morte negli uomini e la seconda nelle donne, dopo i tumori e l'infarto del miocardio.

Fattori di rischio

Diversi fattori possono aumentare il rischio di ictus. Alcuni, come l'**età** e la **familiarità**, sono inevitabili. Altri, come il **fumo**, il [diabete](#), l'**ipertensione**, l'**obesità** e l'**ipercolesterolemia**, sono legati allo stile di vita e possono essere prevenuti.

Prevenzione

Il primo passo per prevenire l'ictus è **consultare il proprio medico**. Questa visita permette di valutare i **fattori di rischio cardiovascolari** che possono portare a un ictus.

Ipertensione

Uno dei principali fattori di rischio per l'ictus è l'[ipertensione arteriosa](#). Spesso asintomatica, l'ipertensione può essere rilevata solo attraverso una corretta misurazione della pressione sanguigna dal medico.

Riconoscere i campanelli d'allarme

L'ictus è un'emergenza medica che richiede un intervento immediato. Riconoscere i segnali precoci può fare la differenza tra la vita e la morte, o tra una ripresa completa e una disabilità permanente. Alcuni dei campanelli d'allarme più comuni includono:

- **Intorpidimento o debolezza improvvisa** al viso, a un braccio o a una gamba, specialmente su un lato del corpo
- **Confusione improvvisa**, difficoltà a parlare o a capire
- **Problemi di vista improvvisi** in uno o entrambi gli occhi
- **Difficoltà improvvise a camminare**, vertigini, perdita di equilibrio o di coordinazione
- **Mal di testa improvviso e intenso** senza una causa apparente

Se noti uno o più di questi sintomi, **chiama immediatamente il 118**. Il tempo è fondamentale nel trattamento dell'ictus.

Consigli per uno stile di vita sano

Oltre al controllo della pressione sanguigna, il Dr. Bendayan raccomanda l'adozione di uno **stile di vita sano** per ridurre il rischio di ictus. Questo include:

- **Smettere di fumare**
- **Mantenere un peso sano**
- **Fare attività fisica regolarmente**
- **Seguire una dieta equilibrata**
- **Limitare il consumo di alcol**

La Tua salute è importante

La prevenzione dell'ictus è fondamentale per la salute e il benessere delle donne. Informarsi sui fattori di rischio, adottare uno stile di vita sano e consultare regolarmente il medico sono passi cruciali per proteggersi da questa grave condizione.

Foto da DepositPhotos.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/benessere-e-salute/ictus-campanelli-allarme/>

Generato il 23/04/2025