



## DOTT. ASPERO LAPILLI SPEC. CHIR. VASCOLARE

# Un programma completo per l'insufficienza venosa cronica post lockdown

**E'** OPPORTUNO COMINCIARE A PENSARE SIN DA ORA ALLA RIPRESA FUNZIONALE ED ESTETICA DEI DEFICIT CAUSATI DALLA FORZATA IMMOBILITÀ.

ECCO PERCHE' UN PROGRAMMA PREVENTIVO E PREDEFINITO RAPPRESENTA LA VERA SOLUZIONE E SICURAMENTE LA PIU' ECONOMICA. NON SERVE MOLTO PER MIGLIORARE. Cosa fondamentale pertanto è SEGUIRE ALCUNE REGOLE DI VITA ED ALIMENTARI semplici ma efficaci se seguiti costantemente.

E' indispensabile pertanto (al di là del tempo a disposizione) OGNI GIORNO CAMMINARE PER ALMENO 40 minuti. USARE ANTICONCEZIONALI SOLO SE REALMENTE INDISPENSABILI. USARE CALZE ELASTICIZZATE (oggi anche esteticamente belle e di ottima qualità). ALIMENTARSI CON ALCUNE REGOLE BEN PRECISE, soprattutto se a pranzo si va di fretta:

- POCHI CARBOIDRATI (come pane e dolci, un po' di pasta condita con semplicità può essere usata).
- VERDURE DI STAGIONE E FRUTTA FRESCA (soprattutto a pranzo)
- PESCE (non fritto) E CARNE IN PARTICOLARE BIANCA (pollo, tacchino, coniglio ecc..)
- SPEZZARE LA GIORNATA CON SEMPLICI SPUNTINI quali yogurt, o un frutto lontano dai pasti. RIVOLGERSI POI AD UNO SPECIALISTA per correggere gli inestetismi e le vere patologie periferiche( varici, gonfiori persistenti) RAPPRESENTA UN OTTIMO INVESTIMENTO. Oggi infatti le TECNOLOGIE AIUTANO moltissimo, facilitan-

do così i risultati estetici e funzionali. • IL LINFODRENAGGIO MANUALE (massaggio drenante) e LA PRESSOTERAPIA riducono sensibilmente i gonfiori.

### IL LASER A FIBRE OTTICHE PER LE VENE VARICOSE

Si tratta della terapia laser a fibre ottiche. Grazie all'uso di questa strumentazione assai sofisticata, si riesce a penetrare nella vena ed eliminarla senza conseguenze particolari. Non avendo nessuna controindica-



zione, questo trattamento si rivela utile soprattutto per le persone che, oltre alle varici, hanno malattie associate come diabete, cardiopatie (problemi al cuore) e obesità, per le quali i rimedi chirurgici tradizionali possono avere controindicazioni ed anche nelle persone anziane a rischio embolico.

DA RICORDARE CHE L'INTERVENTO

CON IL LASER A FIBRE OTTICHE E' ADATTO A CHI SOFFRE DI CUORE O DI DIABETE, OBESITA' O PER MOTIVI ESTETICI.

### LA SCLEROTERAPIA

Mentre la laserterapia endoluminale è molto indicata nella malattia varicosa, scarso o nullo effetto ha invece sulle piccole varicose, i cosiddetti capillari (teleangectasie) che per il loro calibro minuscolo, ma l'abbondanza della loro diffusione cutanea, non vengono eliminate con la terapia laser. Quindi rimane ancora di prima scelta la scleroterapia transcutanea. Anche qui una buona contenzione elastica ed attività deambulatoria quotidiana migliorano la qualità di vita delle pazienti, che sono sempre più giovani, offrendo anche ottimi risultati estetici.

### PER CONCLUDERE

SONO UTILISSIMI CICLI DI GINNASTICA IN ACQUA in piscina vascolare (modello Porretta, da me creata nel 1978) con acque termali e/o saline (clorurosodiche), che favoriscono il riassorbimento dei liquidi extra-cellulari presenti in molti arti inferiori. E' così che anche la LIPODISTROFIA, O CELLULITE, che maggiormente penalizza donne con faticosi carichi di lavoro statici e che non hanno la possibilità di esercitare corretta attività motoria, può essere efficacemente combattuta. Pertanto l'utilizzo associato e corretto di queste metodiche consente ottimi risultati funzionali ed estetici PER LA BELLEZZA E SALUTE DELLE VOSTRE GAMBE.

### LE COMPLICANZE PIU' FREQUENTI:

- l'emorragia varicosa (con sanguinamento spesso abbondanti)
- l'ipodermite (infiammazione e indurimento della pelle delle gambe)
- l'ulcera varicosa
- la flebite superficiale (formazione di un coagulo in una vena superficiale)
- la trombosi profonda (coaguli in una vena profonda - la forma più pericolosa di flebite)
- l'embolia polmonare (con conseguenze a volte mortali)

**La tempestività e la cura appropriata evitano la maggior parte di queste complicanze**



aspero.lapilli@libero.it

BOLOGNA

• Ufficio Tel 051 6446647

• Amb.Villa Chiara Tel. 051 2984900

• Poliambulatorio Privato CKF Di Giorno

Piazza dei Martiri 1/2 Bologna - 051/6446647

PORRETTA TERME

• Via Roma, 5 - Tel. 0534/22062 - www.termediporretta.it

IMOLA

• Amb. B.B. Tel. 0542.25534 -

FOGGIA - Centro Medico L. Da Vinci

• Via Manfredonia (ang.Via De Dominicis) Tel. Imma 340.5718180