

# test di autovalutazione **RISULTATI**

Conta il numero di sì dati alle domande, escludendo la numero 9 e la numero 10.

1 sì

ho un rischio basso di incorrere in un ictus cerebrale

tra 2 e 4 Sì

ho un rischio medio di incorrere in un ictus cerebrale

tra 4 e 6 Sì

ho un rischio elevato di incorrere in un ictus cerebrale

> 6 = 7 Sì

ho un rischio molto elevato di incorrere in un ictus cerebrale

**ICTUS cerebrale**  
quale prevenzione?

## PREVENZIONE

cura dei fattori di rischio e degli stili di vita.

**ASL** Azienda sanitaria locale  
della Provincia di Como

Ospedale Valduce



Azienda Ospedaliera  
Sant'Anna



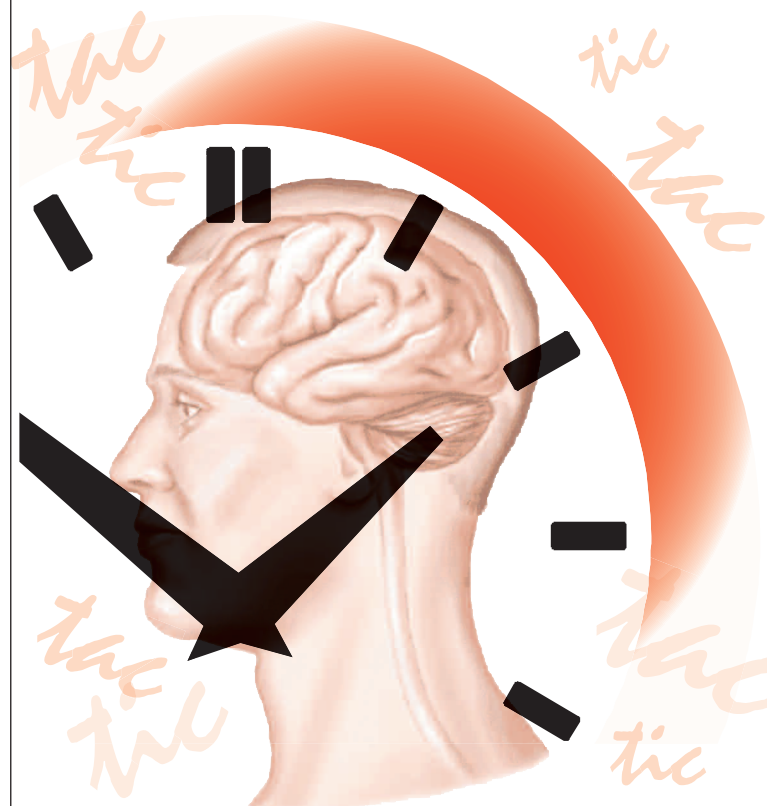
Ospedale  
Moriggia Pelascini

OSPEDALE GENERALE DI ZONA  
"MORIGGIA-PELASCINI"  
Italia Hospital S.p.A.  
Gravedona (CO)

**Cura dell'ictus acuto  
tramite **STROKE UNIT**  
unità specializzata  
per la terapia  
e la gestione  
dell'ictus cerebrale.**

**In queste sedi  
è dimostrata  
una riduzione  
della mortalità  
ed invalidità in chi  
è colpito da ictus.**

La lotta all'**ictus cerebrale**  
**IN** Provincia di Como



**Il tempo è cervello**

Vincere  
**l'ictus cerebrale**  
si può.



**ASL** Azienda sanitaria locale  
della Provincia di Como



## come si **previene**

tenere controllata la pressione arteriosa

non fumare

praticare attività fisica e sportiva

controllare il livello dei grassi nel sangue

controllare il livello di glucosio nel sangue

evitare l'eccesso di peso corporeo







limitare l'alcool

ridurre l'assunzione di sale da cucina



## in caso

## di **112** **PROVVISIO**

-  difetto di forza e sensibilità a braccia o gambe
-  stiramento della bocca
-  difetto del linguaggio
-  difetto di comprensione
-  difetto di visione
-  mal di testa molto violento, mai provato prima

## come si **cura**

Chiamare subito il 118

farsi portare in Pronto Soccorso, possibilmente

in un ospedale dotato di Unità

specializzata nella cura dell'ictus

**STROKE UNIT**

## test di **autovalutazione** **10 DOMANDE**

si /  no I miei genitori, fratelli, sorelle hanno avuto un ictus o infarto del miocardio?

si /  no Sono fumatore?

si /  no Ho i grassi (colesterolo, trigliceridi) alti nel sangue?

si /  no Sono in eccesso di peso?

si /  no Faccio una vita sedentaria?

si /  no Ho gli zuccheri alti nel sangue (diabete mellito)?

si /  no Ho più di 55 anni?

si /  no Eccedo in alcoolici e superalcoolici?

si /  no Ho la pressione arteriosa alta?

si /  no Ho una qualsiasi malattia di cuore?

1234567890

**ICTUS cerebrale**

quale prevenzione?