



Lo stand del 2023 dell'Ospedale Koelliker



■ “Prima la persona” è il motto dell'ospedale Koelliker e rispecchia la filosofia che ne guida i cambiamenti e le continue innovazioni in ambito medico, organizzativo e gestionale. La direzione del Koelliker e i suoi professionisti sanno bene che la prevenzione e la diagnosi precoce, unitamente a un corretto stile di vita, sono fondamentali per il successo nella lotta contro patologie anche molto importanti. L'impegno nel diffondere la cultura della prevenzione è quindi un punto cardine dell'attività di Koelliker. Attraverso giornate di screening gratuiti, campagne di sensibilizzazione e iniziative in collaborazione con le scuole e con i medici e pediatri di famiglia, l'ospedale moltiplica le occasioni di incontro con i cittadini per favorire la diffusione di una “cultura sanitaria”. In questa prospettiva anche quest'anno, per il terzo anno consecutivo, Koelliker parteciperà all'evento Tennis & Friends mettendo in campo i suoi migliori professionisti per effettuare visi-

## TENNIS&FRIENDS

# Più prevenzione e sport al Villaggio della Salute



te gratuite sul territorio. L'obiettivo dell'iniziativa, che si svolgerà in Piazza Castello dal 20 al 22 settembre, è sensibilizzare la popolazione sull'importanza della prevenzione e dello sport. Nelle giornate di sabato 21 e domenica 22 settembre, dalle ore 10 alle ore 18, i medici Koelliker saranno presenti presso il Villaggio della Salute di Tennis & Friends con 4 diverse specialità: Ortopedia (Dott. Losana e Dott. Oprandi e la loro equipe), Oculistica (Dott. Tridico, Dott.ssa De Giovanni, Dott.ssa Perlino e Dott.ssa Ciuffoletti), Cardiologia (Dott. Marra e la sua equipe) e Dermatologia (Dott.ssa Rozzo e Dott. Licciardello).

### L'ESPERTO RISPONDE/1

## LE DIECI REGOLE D'ORO PER LA NOSTRA PELLE

■ Cosa vuol dire prevenzione dermatologica? «Per prevenzione dermatologica ci possiamo rifare a 10 regole d'oro per tenere in salute la nostra pelle» risponde il dottor Franco Castelli, responsabile del reparto di Dermatologia dell'ospedale Koelliker. «Innanzitutto, evitare scottature solari in età giovanile ed adolescenziale: i maggiori danni dei raggi Uv si determinano nei primi 20-25 anni della nostra vita». E poi consigliabile iniziare a controllare i nevi dai 12 anni in avanti. «Dai 18 - 20 anni in avanti fare visite dermatologiche periodiche una volta l'anno» prosegue l'esperto. E poi: «Evitare lettini e lampade Uv artificiali. Abituarsi all'auto osservazione dei nevi considerando che il melanoma nel 30% dei casi insorge su un nevo preesistente e il 70% insorge ex-novo. Ricordare che spesso, ma non sempre, i nevi sospetti seguono la regola dell'Abcde». Vale a dire: Asimmetria della lesione, Bordi frastagliati a carta geografica, Colore policromo, spesso nero, blu, rosso etc., Dimensioni oltre i 5-6 mm di diametro ed Evoluzione. Si consiglia poi «la cosiddetta mappatura dei nevi è utile soprattutto nei pazienti con più di 40 nevi. L'esame clinico e dermoscopico in epiluminescenza rivestono il ruolo più importante». Nell'autoesame dei nevi occorre ricordare di controllare anche le mucose e «soprattutto i nevi di recente insorgenza o in rapido accrescimento» conclude il dottor Castelli.

### L'ESPERTO RISPONDE/2

## COS'È LA PREVENZIONE CARDIO-VASCOLARE?

■ Quando bisogna pensare di fare una visita cardiologica? Molti pazienti si domandano che cosa voglia dire concretamente fare della prevenzione di ambito cardio vascolare. «Vuol dire avere la consapevolezza che il rischio di infarto, come quello di ictus ad esempio, può essere ridotto - se non addirittura annullato - facendo analisi accurate sullo stile di vita del paziente» spiega il dottor Sebastiano Marra, cardiologo e responsabile del reparto di Cardiologia dell'Ospedale Koelliker. «È utile fare una analisi dettagliata dello stile di vita del paziente. Cosa mangia? Quanto beve? Conduce una vita sedentaria? Oppure si muove molto? Fuma? È in sovrappeso? Qual è il valore relativo ai suoi trigliceridi?». Queste sono solo alcune delle domande che bisogna porsi per iniziare a delineare lo stile di vita del paziente e intervenire dove è necessario in termini di prevenzione. «Si tratta di esami molto semplici - prosegue il dottor Marra -. Analizzando questi tipi di valori si può fare una vera prevenzione che, di conseguenza, porta a una riduzione concreta dei rischi di sviluppare patologie più gravi in futuro».



Dottor Sebastiano Marra

### LE INFORMAZIONI UTILI

## Mail, telefono oppure online Ecco come prenotare le visite

■ Per le prenotazioni tramite il Servizio sanitario nazionale, contattare il Centro unico prenotazioni (Cup) Regionale al numero verde gratuito 800.000.500.

Presso l'Ospedale Koelliker si possono prenotare in Ssn esami di laboratorio (prelievi@ospedalekoelliker.it) e prestazioni di fisioterapia (fisioterapia@ospedalekoelliker.it) via email o contattando il numero 011- 61.84.511.

Per le prenotazioni private o con assicurazione è possibile scrivere direttamente all'indirizzo e mail prenotazioni.private@ospedalekoelliker.it oppure telefonare al Centralino:011.6184.111 - Lunedì-Venerdì: 8.00-19.00. Sabato:9.00-12.00. Scaricando l'APP Portale Paziente Koelliker permette di prenotare visite ed esami, archiviare fatture e creare il dossier sanitario con tutti i referti.

### LA POSTA

#### SPECIALE SALUTE

Appuntamento al prossimo numero dello Speciale Salute. Per fare le vostre domande ai medici, scrivete a [torinocronaca@ospedalekoelliker.it](mailto:torinocronaca@ospedalekoelliker.it)

**IL KOELLIKER**  
Un'eccellenza della sanità con 200 medici e tecnici



■ L'Ospedale Koelliker è una struttura polispecialistica accreditata con il Servizio sanitario nazionale e convenzionata con i principali enti di assistenza privata. Un'equipe medica di eccellenza e una strumentazione altamente tecnologica rendono questa importante realtà sanitaria un punto di riferimento per il territorio. Fiore all'occhiello dell'ospedale sono i Centri specializzati che, grazie a un approccio multidisciplinare, permettono un percorso di diagnosi e cura completo, che coinvolge tutte le equipe mediche. L'attività dell'ospedale che ha sede in corso Galileo Ferraris 247/255 è affidata a oltre 200 tra medici e personale sanitario, attivi su 27 Specialità Cliniche e in grado di garantire ogni anno oltre 100mila prestazioni di Diagnostica per immagini, quasi 80mila visite specialistiche e un'attività chirurgica supportata dalle più innovative strumentazioni.