SPECIALE SALUTE

Il dottor Furio Cauda

MESE BLU - NON SOLO PROSTATA

La prevenzione urologica riguarda uomini e donne

Novembre, mese dedicato alla salute urologica, è un monito ad agire. Le patologie urologiche – da calcolosi a incontinenza, dai disturbi prostatici al varicocele – sono diffuse e trasversali. Gli specialisti dell'Ospedale Koelliker spiegano perché la diagnosi precoce è decisiva per la qualità della vita, invitando a superare tabù e a non ignorare i segnali del corpo.

Novembre, conosciuto in tutto il mondo come il mese blu o movember, è dedicato alla prevenzione delle patologie urologiche e alla sensibilizzazione su temi spesso considerati tabù. Sebbene il movimento Movember sia nato per promuovere la consapevolezza sulle malattie maschili, la salute urologica riguarda tutta la popolazione, uomini e donne, in ogni fase della vita. La prevenzione, in questo ambito, ha un impatto decisivo. Permette diagnosi precoci, evita complicanze, migliora la qualità della vita e, in molti casi, salva vite.

«Fare prevenzione significa educare le persone a riconoscere i segnali del proprio corpo e intervenire prima che i sintomi diventino un problema serio – spiega il dottor Furio Cauda, responsabile dell'equipe di urologia dell'Ospedale Koelliker. Le patologie urologiche sono molto più diffuse di quanto si pensi e riguardano entrambi i sessi: infezioni urinarie, calcolosi renale, incontinenza, disturbi minzionali, tumori dell'apparato urinario. Prima si intercettano, più sono gestibili. Non bisogna mai ignorare dolore, sangue nelle urine, difficoltà a urinare o episodi ricorrenti di cistite».

Proprio l'incontinenza urinaria è uno dei disturbi più sottovalutati, ma anche uno dei più impattanti. «L'incontinenza non è mai "normale" – precisa il professor Roberto Carone, specialista in neurourologia e urologia funzionale –. Né dopo i 60 anni, né dopo una gravidanza, né tantomeno negli uomini dopo interventi prostatici. È un sintomo, non una condizione inevitabile: può derivare da indebolimento del pavimento pelvico, infezioni, problemi prostatici, alterazioni ormonali o neurologiche. La cosa più importante è parlarne. Oggi esistono percorsi personalizzati, dalla riabilitazione pelvica ai trattamenti mininvasivi, che migliorano radicalmente la qualità di vita».

Sul fronte maschile, un ruolo centrale riguarda la salute della prostata. «I disturbi prostatici sono molto frequenti e aumentano con l'età – spiega il dottor Paolo Aveta –. L'ipertrofia benigna è la problematica più comune dopo i 50 anni, mentre prostatiti e infiammazioni possono colpire anche i giovani. Senza dimenticare il tumore della prostata, che rappresenta il più diffuso tra gli uomini. Per questo consigliamo di iniziare i controlli urologici intorno ai 45-50 anni, prima se ci sono familiarità».

Il mese di novembre diventa così l'occasione per ricordare quanto il benessere urologico sia parte integrante della salute globale. Prevenzione, ascolto del corpo, stili di vita sani e controlli periodici sono la strada per vivere meglio, più a lungo e con maggiore consapevolezza.

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, permetto 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.

RISPONDE IL DR. CLAUDIO DANONE
CHE COS'È IL VARICOCELE IMPORTANTE LA DIAGNOSI?

Come spiega il dott. Claudio Dadone, specialista in urologia e andrologia «il varicocele è una dilatazione anomala delle vene testicolari che, se non riconosciuta in tempo, può compromettere la funzione riproduttiva». Colpisce prevalentemente i giovani, spesso senza sintomi evidenti, motivo per cui molti non ne sono consapevoli finché non emergono difficoltà di concepimento. Oltre agli aspetti riproduttivi, il varicocele può avere ripercussioni anche sul benessere quotidiano. In alcuni casi provoca senso di pesantezza, fastidio o dolore al testicolo, soprattutto dopo attività fisica intensa o dopo molte ore in piedi. Si tratta di segnali da non ignorare, perché indicano che il sistema venoso sta faticando a drenare correttamente. La diagnosi precoce è fondamentale perché il varicocele può influenzare sia la qualità sia la quantità degli spermatozoi, alterando la fertilità nel lungo termine. Un semplice esame obiettivo e un'ecografia testicolare sono sufficienti per individuarlo e valutare il grado di compromissione. «Intervenire al momento giusto – aggiunge lo specialista – permette di preservare al meglio la potenzialità fertile, prevenire peggioramenti e rassicurare il paziente con informazioni chiare e percorsi personalizzati. La salute andrologica, soprattutto nei ragazzi, non va trascurata. Prendersene cura significa investire consapevolmente nel futuro della propria vita riproduttiva».

RISPONDE LA DOTT.SSA CATTANEO
LO STILE DI VITA INFLUISCE SUI PROBLEMI UROLOGICI?

Certamente, accanto alla consapevolezza dei sintomi, anche lo stile di vita gioca un ruolo fondamentale. «Alimentazione equilibrata, idratazione costante e attività fisica regolare sono davvero i primi farmaci per il nostro apparato urinario – sottolinea la dottoressa Elena Mariateresa Cattaneo, urologa –. Bastano gesti semplici: bere almeno 1,5 litri d'acqua al giorno, ridurre sale e cibi troppo grassi, mantenere un peso adeguato, evitare il fumo e limitare gli alcolici. Prevenire significa anche modificare abitudini quotidiane». La dottoressa invita inoltre a superare uno dei luoghi comuni più diffusi: «Non è vero che l'urologia sia una disciplina solo maschile. Nelle donne sono molto frequenti la cistite ricorrente, il prolasso, l'incontinenza urinaria e i disturbi pelvici. Parlare di prevenzione urologica femminile è fondamentale, perché ancora troppe donne convivono in silenzio con disturbi che possono essere trattati».

La dott.ssa Cattaneo

LE INFORMAZIONI UTILI
Mail, telefono oppure online Ecco come prenotare le visite

Per le prenotazioni con Ssn, contattare il Cup Regionale al numero verde gratuito 800.000.500.

Presso l'Ospedale Koelliker si possono prenotare in Ssn esami di laboratorio (prelievi@ospedalekoelliker.it), risonanze magnetiche (risonanze.ssn@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

NEL PROSSIMO NUMERO

Seguite la rubrica del Koelliker anche nelle prossime settimane. Per fare le vostre domande ai medici del Koelliker, scrivete a torinocronaca@ospedalekoelliker. it