

Dolore toracico

Pronto Soccorso / Foglio Informativo

Generale

Che cos'è un dolore toracico?

Un dolore toracico è qualsiasi dolore che si sente nell'area del torace e potrebbe provenire da numerose parti del torace, tra cui:

- il cuore
- i polmoni
- l'*esofago* (il condotto muscolare che porta il cibo dalla gola allo stomaco)
- i muscoli
- le ossa – tra cui le costole e lo *sterno*
- l'addome – il dolore viene riferito al torace attraverso un complesso sistema nervoso
- la cute.

Tutti i dolori al torace sono da considerarsi correlati al cuore finquando non venga comprovato altrimenti.

Che cosa causa un dolore toracico?

I dolori toracici sono causati da diversi problemi comuni.

- **Indigestione o reflusso gastroesofageo** (l'acido dello stomaco risale all'esofago) può provocare una sensazione di bruciore al petto. Questo problema è comune e può peggiorare con il fumo, alcol, caffè il consumo di cibi grassi e alcuni medicinali. Spesso scompare quasi immediatamente con un preparato antiacido o con il latte.
- **Strappi muscolari e infiammazione** negli spazi tra le costole, vicino allo sterno (*costocondrite*).
- **Fuoco di Sant'Antonio** (*herpes zoster*) può causare dolori al torace prima che si sviluppi un'eruzione cutanea.
- **Infezioni toraciche** quali la pleurite (infiammazione del tessuto che riveste i polmoni), la bronchite e la polmonite.
- **L'angina** è causata da uno scarso flusso di sangue al cuore. Generalmente si verifica quando il cuore deve lavorare più duro del solito. Molte persone affette da *cardiopatia coronarica* (o ostruzione dei vasi sanguigni del cuore) hanno attacchi di angina. Questi spesso insorgono con l'attività fisica, in casi di forti emozioni o angoscia, freddo pungente o dopo aver consumato un pasto abbondante. Il dolore dura poco e si calma con il riposo. Se il dolore non cessa con il riposo, questo può indicare che si tratta di un attacco cardiaco.
- In un **attacco cardiaco** il dolore toracico può anche essere dovuto ad un'improvvisa ostruzione nell'arteria *coronaria* (cuore).

Molti australiani muoiono d'infarto cardiaco perché non conoscono i segni premonitori oppure perché aspettano troppo a lungo prima di chiedere aiuto.

Un dolore toracico che dura più di 10 minuti (a riposo) richiede immediatamente il pronto intervento di un medico.

Se questo avviene, telefona allo 000 e richiedi un'ambulanza.

Trattamenti nuovi per casi di attacco cardiaco possono salvare vite ed evitare danni seri al cuore. Per essere efficaci, molti di questi trattamenti devono essere amministrati negli stadi iniziali, il che rende ancor più importante il cercare aiuto quanto prima.

Trattamento

Prima di iniziare il trattamento è necessario individuare la causa del dolore. Ci sono numerosi esami e trattamenti di cui potreste aver bisogno mentre siete al Pronto Soccorso.

- Un **ECG** (*elettrocardiogramma*) – un test usato per ottenere una 'fotografia' dell'attività elettrica all'interno del cuore. È una procedura rapida e indolore.
- **Esami del sangue** – per misurare gli indicatori del cuore (enzimi cardiaci) e di altri organi.
- **Una radiografia al torace** – per prendere visione dei polmoni, del cuore e dei maggiori vasi sanguigni del torace.
- Altre **tecniche di imaging** per visualizzare le strutture toraciche, quali scansioni CT e angiogrammi.
- **Farmaci** – per alleviare il dolore e dilatare (allargare) i vasi sanguigni del cuore al fine di facilitare più efficacemente il flusso del sangue. Alcuni farmaci possono essere somministrati per via *endovenosa* (mediante una 'flebo' (drip) inserita in una vena).

Il vostro medico vi dirà quali test sono necessari.

Potrebbe succedere che il vostro medico richieda ulteriori test come pazienti d'ambulatorio (outpatient) o vi faccia visitare da un *cardiologo* (medico specializzato in malattie cardiache).

Cura a casa

Nei primi giorni che ritornate a casa, non affaticatevi. Riposate se vi sentite stanchi. Aumentate la vostra attività un po' alla volta in base alla vostra capacità. Se vi sentite bene, non è necessario che dobbiate limitare il lavoro o le attività che richiedono molta energia (inclusi i rapporti sessuali).

Cosa potete aspettarvi

Non è sempre facile diagnosticare la causa di un dolore toracico, però il vostro medico avrà cercato di eliminare ogni causa seria. Se i sintomi ritornano o peggiorano, dovrete richiedere un urgente riesame clinico della situazione. In particolare, se provate ulteriori inspiegabili dolori toracici, ritornate al pronto soccorso dell'ospedale, con l'ambulanza se necessario. Non andateci guidando voi stessi. Il vostro medico di famiglia dovrà visitarvi per eseguire un esame di controllo e può essere che ci sia bisogno di ulteriori test. Anche se vi sentite bene, fate un appuntamento con il vostro medico per accertamenti nella settimana successiva.

Modi per ridurre il rischio di un infarto

Le probabilità di avere un infarto aumentano se fumate, se non fate esercizio fisico, se avete la pressione sanguigna elevata, se siete obesi, se avete un tasso elevato del colesterolo nel sangue, se avete il diabete e se avete una storia familiare di malattie cardiovascolari.

Il rischio è maggiore negli uomini e aumenta con l'età. È importante tener presente che anche le persone che non presentano fattori di rischio possono avere le malattie cardiovascolari.

Ci sono numerose precauzioni che potete prendere per ridurre il rischio di un infarto.

- **Smettete di fumare** – chiamate la Quitline per avere aiuto e sostegno.
- **Fate esercizio fisico** – fate un'attività fisica moderata per 30 minuti o più, cinque giorni alla settimana. Una camminata ad andatura veloce è un buon inizio.
- **Consumate una dieta povera di grassi** – pesce, cereali, grani, frutta e verdura. Quando scegliete certi cibi controllate se sulla confezione c'è il segno della *Heart Foundation*.
- **Mantenete un peso sano** – consultate il vostro medico di base.
- **Sottoponetevi a visite di controllo regolari** – con il vostro medico di base. Prendete tutti i farmaci in base a prescrizione medica. Non smettete di prendere i farmaci a meno che non ve lo abbia raccomandato il medico.

Quali sono i sintomi di un infarto?

- Dolore al centro del torace o dietro lo sterno (breastbone). Potrebbe essere proviate sul torace un senso di compressione, bruciore, strette oppure qualcosa come una forte pressione.
- Dolore che si diffonde alle spalle e alle braccia, alla mano, al collo, alla gola e alla mascella.
- Sudorazioni e pallore.
- Un senso di ansietà, capogiri o malessere.
- Un senso di malessere allo stomaco (nausea o vomito).
- Mancanza di respiro.

I sintomi variano da persona a persona. Alcuni possono avere solo qualche sintomo o addirittura nessun sintomo.

Se sviluppatte questi sintomi, chiamate un'ambulanza (al numero 000), poi:

- fermatevi e riposatevi quietamente seduti o sdraiati
- prendete immediatamente mezza aspirina (a meno che il medico non vi abbia raccomandato di evitare l'aspirina)
- non tentate di guidare l'automobile per andare all'ospedale
- aspettate l'ambulanza – l'ambulanza è dotata di personale specializzato e di attrezzature che potrebbero salvarvi la vita.

In un infarto, ogni minuto conta. Non aspettate. Prima vi sottoponete al trattamento, meglio è.

Se avete qualsiasi dubbio sul dolore toracico, chiamate un'ambulanza.

Come cercare aiuto



In un'emergenza medica andate al Pronto Soccorso dell'ospedale più vicino oppure chiamate un'ambulanza (al numero 000).



Per altri problemi medici consultate il vostro medico di base o un professionista sanitario.



Per poter consultare un infermiere/ra abilitato/a potete chiamare il servizio **NURSE-ON-CALL 24 ore al giorno** al numero **1300 60 60 24** al costo di una telefonata urbana da qualsiasi località del Victoria.*

NURSE-ON-CALL fornisce accesso a un **servizio interpreti** per chi ha problemi o difficoltà a comunicare in inglese. Chiamare il numero **1300 60 60 24**.

*Le chiamate dai cellulari potrebbero essere addebitate ad una tariffa superiore.



Volete maggiori informazioni?

- Rivolgetevi al vostro medico di base o a un professionista sanitario.
- Visitate il sito **Better Health Channel** www.betterhealth.vic.gov.au
- Contattate la **National Heart Foundation** Telefono 1300 36 27 87 www.heartfoundation.com.au
- Contattate **Quit** Telefono Quitline al numero 131 848 www.quit.org.au

Note:

Se volete ricevere questa pubblicazione in un **formato accessibile**, chiamate il numero 9096 0578 oppure inviate una email al recapito edfactsheets@health.vic.gov.au



Dicembre 2010. Disponibile anche su internet al recapito www.health.vic.gov.au/edfactsheets

Clausola esonerativa: Le presenti informazioni sanitarie sono intese solo per scopi educativi di carattere generale. Consultate il vostro medico di base o un altro professionista sanitario per assicurarvi che esse facciano al caso vostro.

Autorizzato dal
Victorian Government
Melbourne (1009025)