

La salute degli abitanti della ASL 4 di Terni

Tra i 18 e i 69 anni (151.000 persone) marzo 2007 – marzo 2008

Il sistema italiano di sorveglianza della salute Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia

Lo scopo è quello di conoscere per poi combattere i fattori di rischio e i comportamenti che favoriscono l'insorgenza di malattie gravi (cardio-vascolari; tumori; incidenti stradali; nutrizionali e abuso di alcool).

60% si giudica in buona salute **30%** fa buona attività fisica
24% è iperteso **9%** ha sofferto di depressione nell'ultimo anno
23% ha il colesterolo alto **49%** è in sovrappeso/obeso
15% è un bevitore "a rischio" **27%** fuma
11% ha guidato in "stato di ebbrezza" nell'ultimo mese

Il metodo è basato sulla somministrazione di un questionario telefonico ad un campione della nostra popolazione che viene effettuata da personale sanitario i cui risultati sono inseriti anonimamente in un archivio nazionale.

Prendersi a cuore

Misurare periodicamente la pressione arteriosa

Anche in assenza di sintomi, è importante misurare periodicamente la pressione arteriosa. La pressione alta è la prima causa di insorgenza di ictus. Circa il 10% della nostra popolazione non l'ha mai misurata.



Stili di vita

Alcune brutte abitudini da modificare

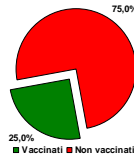


Il 27% degli intervistati fuma, in media, 14 sigarette al giorno e l'abitudine è più diffusa tra i giovani. Il fumo di tabacco è causa di malattie croniche compresi i tumori al polmone. Il 32% riferisce di essere sedentario e circa la metà degli intervistati è in una condizione di sovrappeso/obesità ed ha una scarsa percezione del proprio peso e della propria alimentazione. Meno di una persona su 10 assume le 5 porzioni al giorno di frutta e verdura secondo le raccomandazioni internazionali. Circa il 15% è bevitore a rischio, soprattutto i giovani.

Misurare periodicamente i livelli di colesterolo nel sangue

La presenza di un valore alto di colesterolo nel sangue comporta un aumento del rischio di malattie cardiache e vascolari. Circa il 20% della nostra popolazione non ha mai misurato questo valore.

Vaccinazione antinfluenzale in persone di 18-64 anni con almeno una patologia cronica



La vaccinazione antinfluenzale è raccomandata alle persone che hanno malattie croniche (enfisema, bronchiti, diabete ecc.) le quali possono essere peggiorate e complicate dal virus.

Due vaccinazioni importanti

La rosolia è una malattia che può avere gravi conseguenze in gravidanza. Solamente la metà delle donne in età fertile è immune (naturale o vaccinata), l'altra metà non conosce il proprio stato. La vaccinazione è offerta gratuitamente.

La misura del rischio cardio vascolare

Se hai un'età superiore a 40 anni, il tuo medico può calcolarti il rischio di avere una malattia cardio-vascolare in base ai tuoi fattori di rischio (pressione alta, colesterolo alto, sovrappeso e sedentarietà, abitudine al fumo).

Gli screening

I tre principali screening che permettono una diagnosi precoce tumorale

Pap – test

(donne 25 – 64 anni)

Lo hanno effettuato il **78%** delle intervistate.

Mammografia

(donne 50 – 69 anni)

Si sono sottoposte all'esame il **77%** delle intervistate; tuttavia viene effettuata spesso già prima dei 50 anni (età media 44).

Colon Retto

(50 -69 anni)

Il **24%** degli intervistati ha effettuato la ricerca del sangue occulto o una colonscopia.

La sorveglianza continua sullo stato di salute della popolazione e le conseguenti azioni mirate, rappresentano al momento il miglior sistema di fare prevenzione attiva. La consapevolezza degli operatori e soprattutto dei cittadini è essenziale per la buona riuscita di tutto ciò. Con piccoli cambiamenti nei comportamenti quotidiani si può migliorare molto la qualità e la durata della vita, soprattutto quella in buona salute.