



@ASUITrieste



@ASUITrieste



ASUITS

ASUITS/MEDICINA NUCLEARE

Tomografia ad emissione di positroni (PET): cos'è e come funziona

L'attivazione dell'attività PET/TC è strategica per l'intera Azienda Ospedaliero Universitaria e per tutta l'area Isontina

La Tomografia ad emissione di positroni (PET) è una tecnica diagnostica di medicina nucleare in grado di visualizzare i processi metabolici e funzionali presenti all'interno del corpo. Questo esame permette lo studio di processi fisiopatologici attraverso l'identificazione delle alterazioni funzionali delle proteine, recettori o enzimi. Tramite la somministrazione di radiofarmaci per via endovenosa, la PET permette di individuare la presenza di tumori o metastasi e definirne la localizzazione e il comportamento metabolico e funzionale. Alcune molecole coinvolte nelle varie vie metaboliche, vengono coniugate con atomi debolmente radioattivi emittenti positroni, per poter tracciare la biodistribuzione all'interno dell'organismo umano di queste molecole e visualizzare i processi patologici tramite il tomografo PET. Il radiofarmaco più utilizzato è il 18F-FDG (fluorodesossiglucosio) che, introdotto nell'organismo, ha la caratteristica di essere utilizzato dalle cellule allo stesso modo del glucosio, tipicamente aumentato nelle cellule tumorali. Sono disponibili altri radiofarmaci il cui me-

canismo di azione è diverso, ma che prevedono analoghe modalità di esame.

L'apparecchiatura PET/TC fornisce immagini qualitativamente migliori, poiché la Tomografia Computerizzata (TC) permette di migliorare la ricostruzione delle immagini funzionali prodotte dalla PET e di localizzare con precisione la sede delle alterazioni metaboliche.

Le applicazioni cliniche principali interessano diversi campi della medicina, con principale utilizzo in oncologia, neurologia e cardiologia. In ambito oncologico questa indagine permette di valutare le caratteristiche morfo-funzionali di diverse patologie tumorali e analizzare la risposta alle terapie, identificando eventuali recidive post-trattamento; inoltre consente di ottenere utili parametri per la prognosi e la valutazione dell'aggressività biologica. In ambito neurologico tale metodica è utilizzata per lo studio delle principali patologie degenerative neurologiche e per la valutazione di lesioni tumorali in fase di stadiazione (come guida all'intervento chirurgico) e post-trattamento. In ambito cardiologico attualmente la



PET-TC è impiegata per la ricerca di tessuto miocardico vitale.

La prenotazione dell'esame può essere effettuata da una struttura ospedaliera, direttamente dal paziente, purché in possesso di una richiesta motivata di un medico specialista o di un medico di medicina generale, che deve compilare obbligatoriamente un modulo di prenotazione dell'indagine PET/TC (scaricabile dal sito Intranet di

ASUITS), indispensabile per fornire al medico nucleare il massimo delle informazioni cliniche.

La procedura dell'esame PET/TC inizia con l'accettazione del paziente da parte del personale infermieristico dell'area PET, cui segue il colloquio con il Medico Nucleare; successivamente il paziente viene fatto accomodare nell'area somministrazione, dove viene garantito un corretto accesso venoso tra-

mite ago cannula per flebolisi di soluzione fisiologica, attraverso il quale viene somministrata per via endovenosa una piccola quantità di radiofarmaco. La somministrazione del radiofarmaco non provoca alcun effetto collaterale o reazione allergica. Successivamente all'iniezione è necessario attendere un tempo adeguato (mediamente un'ora) affinché il radiofarmaco si distribuisca nei tessuti. Trascorso tale periodo il paziente verrà invitato a svuotare la vescica e quindi il personale Tecnico Sanitario di Radiologia Medica provvederà al posizionamento della persona sul lettino della PET-TC, che scorrerà lentamente all'interno della macchina, consentendo di rilevare la distribuzione della radioattività nel corpo e di eseguire, allo stesso tempo, la scansione TC.

Una volta terminata la scansione al paziente verrà chiesto di attendere ancora qualche minuto. In questo tempo i medici verificheranno che non vi siano stati problemi di ordine tecnico durante l'acquisizione delle immagini. In alcuni casi, in base al quesito diagnostico, sono previste rilevazioni tardive

aggiuntive (il paziente verrà informato della durata dell'indagine, qualora prevedibile, al momento della somministrazione del radiofarmaco).

Il personale comunicherà al paziente il momento di lasciare il reparto di medicina nucleare. Prima di allontanarsi dal reparto è bene svuotare nuovamente la vescica presso il servizio di Medicina Nucleare. Si raccomanda di evitare il contatto con donne in gravidanza e bambini piccoli. Dopo 8 ore circa dall'iniezione l'effetto radioattivo del tracciante non è più presente.

Complessivamente l'intera procedura ha una durata media compresa tra 2 e 3 ore.

Dopo l'esame PET/TC è possibile interrompere il digiuno e svolgere le normali attività quotidiane.

Per motivi di privacy non verranno fornite indicazioni sul risultato dell'indagine PET/TC per telefono, per fax o per e-mail.

Per ogni ulteriore informazione la persona potrà rivolgersi al medico nucleare, raggiungibile tramite la segreteria della Medicina nucleare ai numeri 040. 399. 3379 / 3380.



Partecipa alla Corsa Dei Castelli o alla Run Family o fai attività sportiva camminando, correndo, andando in bici o sulla cyclette



Fotografa un display che riporti i km percorsi. puoi usare una app per smartphone o altro



Condividi la foto dei km percorsi sul tuo profilo pubblico Facebook, con l'aggiunta di:
- mention @la prevenzione scorre (identificativo dell'iniziativa)
- hashtag #score05 (nome del progetto ASUITS)
- hashtag #bici o #piedi

ASUITS/CENTRO CARDIOVASCOLARE E MEDICINA DELLO SPORT

sCorre e Corsa dei Castelli insieme per il progetto "Healing Gardens"

Sono tanti i buoni motivi per partecipare, domenica 27 ottobre, corsa competitiva di 10 km a cui si affianca la Teleton Run Family, corsa non competitiva, il cui scopo è portare gli appassionati, i praticanti e le famiglie ad un evento sportivo, con la possibilità di donare parte dell'iscrizione alla raccolta fondi per la ricerca. Fotografando i km percorsi,

ad esempio con uno screenshot da una app sullo smartphone, si può partecipare al progetto "Healing Gardens - percorso riabilitativo outdoor". Il progetto, presentato dalla SC Cardiovascolare e Medicina dello sport in collaborazione con la SC Manutenzione e Sviluppo del Patrimonio di ASUITS nell'ambito dell'iniziativa nazionale "La prevenzione cardiovascolare

sCORRE", propone un nuovo modo di vivere il verde per trasformare lo storico giardino dell'Ospedale Maggiore in un nuovo parco aperto a tutti, incluse le persone diversamente abili e i sedentari, con percorsi ginnici segnati e sicuri, caratterizzati da diverse difficoltà tecniche. Il parco viene uno spazio alternativo alla cura, ma per questo non meno importante ai fini dei

processi di guarigione dei pazienti, poiché l'interazione tra uomo e ambiente naturale riesce a generare notevoli benefici a livello psico-fisico. Obiettivo dell'iniziativa è promuovere la cultura della prevenzione cardiovascolare attraverso il movimento, caratterizzato da un'attività fisica equilibrata, per sé e per i propri animali domestici.

Per aiutare il progetto "HEALING GARDENS - PERCORSO RIABILITATIVO OUTDOOR" a vincere il contributo messo in palio è sufficiente (entro il 2 novembre) svolgere attività fisica (correndo, camminando o andando in bici), anche con il proprio animale da compagnia, e condividere una foto (screenshot) dei km percorsi sul proprio profilo pubblico Facebook, con l'aggiunta della mention @la prevenzione scorre (identificativo dell'iniziativa), dell'hashtag #score05 (nome del progetto ASUITS) e dell'hashtag #bici o #piedi (separati da uno spazio).

Gli esiti delle votazioni saranno periodicamente aggiornati sul sito dell'iniziativa www.laprevenzionescorre.it. Il Board, tenendo conto anche del contributo dei cittadini, eleggerà i vincitori.

Trieste libera da contenzione: esempio seguito nel mondo

Modello confermato anche dalla diminuzione dei ricoveri per fratture di femore

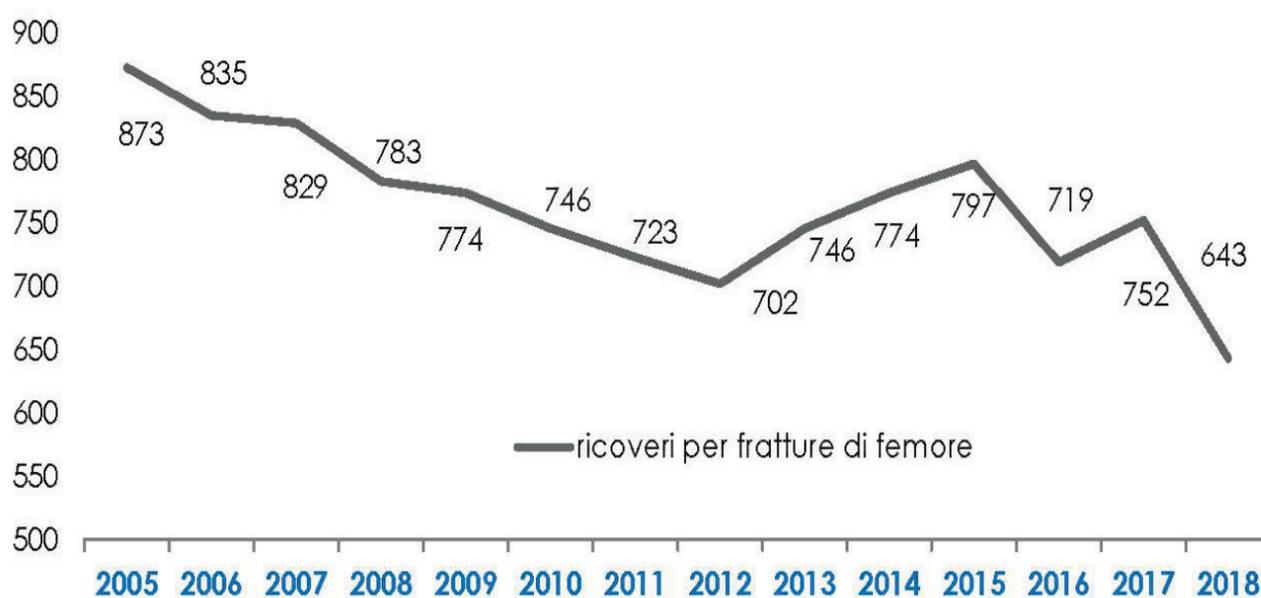
Trieste è la prima e per il momento unica città al mondo ad aver eliminato completamente la pratica della contenzione in ogni contesto assistenziale ed è oggi città pilota nel promuovere la cultura e i modelli organizzativi liberi da contenzione. Lo attestano i bollini di qualità che recano la scritta "Struttura libera da contenzione", recentemente apposti in bella evidenza in tutte le aree di accesso alle strutture di ASUITS e nelle RSA e nelle residenze per anziani della città.



Il modello è divenuto punto di riferimento a livello internazionale, tanto che gli infermieri triestini sono chiamati in qualità di formatori in molte università, aziende sanitarie e sociali in Italia e all'estero. L'esempio più recente del mutamento culturale in atto è quello della Toscana che, sulla scia di quanto già raggiunto a Trieste, ha ribadito nel Piano sanitario e sociale integrato 2018-2020 come i sistemi di contenzione siano una violazione dei diritti fondamentali della persona, proiettandosi verso il superamento definitivo di ogni forma di contenzione. Sono passati poco più di due anni da quando, a settembre

del 2017, la Regione Friuli Venezia Giulia sottoscrisse la **Carta di Trieste sulla Non Contenzione**. «La contenzione, sia essa meccanica, farmacologica o ambientale – si legge al punto 4 del documento - deve essere eliminata dalle pratiche socio-sanitarie in quanto incompatibile con la garanzia costituzionale della libertà, così come il principio di dignità della persona». Un risultato che ha messo nero su bianco un concetto affermato fin dall'inizio degli anni 2000 proprio nella nostra città, e che ha visto tra le maggiori sostenitrici e promotrici la dottoressa **Maila Mislej**, direttrice infermieristica di ASUITS e **Livia Bicego**, direttrice della S.C. Professioni Sanitarie dell'IRCCS Burlo Garofolo. «Trieste è stata la prima città al mondo a liberarsi dalle pratiche di contenzione – ricorda **Maila Mislej** -, e non parlo solo di contenzione meccanica, ma anche di quella farmacologica. Il percorso, per arrivare a questo eccellente risultato, è stato lungo ed ha visto al suo esordio il contributo dell'allora Presidente dell'Ordine dei Medici, il compianto Dott. Claudio Pandullo, del medico legale Dott. Pier Riccardo Bergamini, di tre magistrati il Dott. Francesco Maisto, il Dott. Francesco Antoni e il Dott. Federico Frezza. Altri autorevoli attori del Welfare triestino e dall'Azienda si sono aggiunti nella convinzio-

Pazienti ricoverati per fratture di femore con età maggiore di 65 anni



ne che la contenzione è la madre di tutte le cattive pratiche, non è atto sanitario, è per tal motivo non è prescrivibile e non è protocollabile. Non si tratta solo di garantire il diritto alla libertà del nostro corpo sancito dall'art 13 della Costituzione, ma anche di assicurare la qualità delle cure e dell'assistenza poiché c'è una ampia letteratura scientifica, che dimostra come la contenzione meccanica e farmacologica facciano malissimo al malato e all'anziano, ma anche al bambino. Nessuna età è esente da questa che io definisco "la madre di tutte le cattive pratiche" e da un'assistenza disabilitante che toglie funzioni alla persona, anziché rinforzarle o rivitalizzarle, che toglie vita agli anni, mentre la

nostra primaria funzione è di aggiungere vita agli anni, promuovere l'autonomia ad ogni età ed inverare diritti con il nursing abilitante. A muoverci è stata anche la convinzione che le residenze per anziani non debbano essere strutture chiuse dove si pratica di fatto la **contenzione ambientale**, ma "luoghi di vita aperti", che si lasciano attraversare anche dai giovani e dove agli anziani sia garantita libertà e dignità. Pertanto, già nel 2013 nelle tante residenze per anziani e nelle RSA non si praticava più la contenzione, e dal 2013 l'Azienda Sanitaria, in collaborazione con l'Ordine dei Medici di Trieste, ha attivato il sito "**triesteliberadacontenzione**". Già da tempo il nostro modello di **nursing**

è oggetto di studio, esperti da tutta Italia e da altri paesi del mondo vengono a vedere, non senza un po' di incredulità iniziale, come sia possibile, assistere malati, anziani e persone con problemi di salute mentale senza usare la contenzione. Ogni giorno contiamo nuovi "seguaci" all'estero, ma anche in Italia, ad esempio recentemente è nato il movimento interdisciplinare "**Brianza libera da contenzione**". L'attuale vice Commissario Straordinario dell'Area Sanitaria dell'Azienda triestina, Dott.ssa Adele Maggiore, ha voluto verificare l'efficacia del modello attraverso l'andamento di un indicatore importante: il fenomeno delle fratture di femore negli

over 65enni. Infatti, con l'eliminazione della contenzione ci si poteva aspettare un incremento delle fratture, viceversa i dati raccolti a Trieste dal 2005 al 2018 dimostrano che **eliminare la contenzione incide favorevolmente sulla riduzione delle fratture e conseguentemente sulla riduzione dei ricoveri e dei costi del sistema sanitario come ben evidenzia il grafico**. Nonostante il progressivo invecchiamento della popolazione, in una città tra le più anziane d'Europa, dove il 44,4% della popolazione ha più di 65 anni, i ricoveri per frattura di femore sono scesi del 26,3%, anche grazie al modello di nursing abilitante libero da pratiche di contenzione.

LA VOCE DEL TERRITORIO/AMAR

Respirar cantando per ridurre i sintomi di asma e BCPO

La Bronco Pneumopatia Cronica Ostruttiva (BPCO) e l'Asma riducono le capacità respiratorie a causa della riduzione del passaggio di aria nelle vie aeree. Questo provoca disabilità e ripercussioni negative sulla qualità di vita. In particolare la BPCO è una patologia comune nell'età media e avanzata, dovuta a un'infiammazione cronica del sistema respiratorio. I sintomi più comuni che si manifestano, a causa dell'ostruzione delle vie aeree, sono la tosse e la difficoltà respiratoria (dispnea) fino all'insufficienza respiratoria.

Numerosi studi hanno dimostrato, che grazie all'attività canora correttamente eseguita, questi sintomi si possono ridurre e aumentare anche la qualità di vita del pa-

ziente. Perché prediligere il canto? Cantare è un'attività che coinvolge contemporaneamente il sistema fonatorio e respiratorio. La voce, infatti, si produce grazie all'aria che, uscendo dai polmoni, fluisce attraverso la laringe ad una certa velocità e pressione. All'interno di essa sono presenti le corde vocali che, al passaggio dell'aria, si avvicinano e iniziano a vibrare producendo suono. È perciò fondamentale la gestione della risalita dell'aria dai polmoni, eseguita e controllata dalla muscolatura espiratoria, per produrre una voce eufonica.

Addestrare il singolo paziente respiratorio a cantare al meglio e poi farlo in gruppo è un'attività utile a migliorare il respiro. Cantare

favorisce la broncodilatazione e il rilascio di ormoni, come le endorfine e l'ossitocina, che aiutano al benessere fisico e psicologico. Cantare assieme consente di creare un momento di socialità con altri pazienti che soffrono della medesima patologia, permettendogli di confrontarsi e supportarsi, grazie ad un'attività piacevole. L'Associazione per le malattie respiratorie AMAR ONLUS, assieme alla Scuola di Musica 55 – Casa della Musica, con il patrocinio di ASUITS e del Comune di Trieste, propongono 3 sedute individuali iniziali dove, con l'aiuto di personale sanitario specializzato si lavorerà sull'impostazione della respirazione costodiaframmatica e sulla coordinazione pneumofonica.

ASUITS/SC GESTIONE PRESTAZIONI SANITARIE E PROGETTAZIONE ATTIVITÀ SOCIO SANITARIE

Gamification, Gaming e Game-Based Learning in contesti socio-sanitari ed educativi

Prosegue a Trieste il percorso tematico Gioco-Benessere-Educazione: le esperienze di Modena e Trieste insieme in un panel di esperti nazionali

Nel pomeriggio del 2 ottobre è proseguito il percorso tematico centrato sugli strumenti che il gioco di intelletto mette a disposizione dei professionisti sanitari e sociali, degli insegnanti e degli educatori con un nuovo evento formativo organizzato dall'Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Trieste in collaborazione con il Dipartimento di Scienze della Vita e con il coinvolgimento del Piano Nazionale Lauree Scientifiche – Università degli Studi di Trieste.

L'evento, a cui erano presenti circa 70 professionisti socio-sanitari e docenti, è stato introdotto dal dr. Flavio Paoletti, direttore della Struttura Complessa Gestione Prestazioni Sanitarie e Progettazione Attività Socio-sanitarie dell'ASUITS e dal prof. Daniele Sblattero, vicedirettore del Dipartimento di Scienze della Vita

Trieste ed ha visto la partecipazione di alcuni importanti nomi del panorama ludico italiano, come Andrea Ligabue, ludologo e direttore artistico di Play di Modena, Alan Mattiassi, ricercatore e studioso dei processi cognitivi legati al gioco e Matteo Bisanti, esperto di gioco in contesti educativi, nonché di Giovanni Grube psicologo e volontario dell'APS triestina "La Costola dei Barbari" e di Giovanni Bacaro, professore dell'Università degli Studi di Trieste.

Nel pomeriggio sono stati approfonditi gli strumenti derivati dal gioco di intelletto, quali Gamification, Gaming e Game-Based Learning, sono state introdotte le potenzialità dei giochi da tavolo e di ruolo come strumento educativo e riabilitativo, sono stati presentati progetti nazionali ed internazionali e le loro ricadute positive sul benessere psico-fisico dei de-

stinatari e, a chiusura, si è tenuto un workshop pratico che ha visto la partecipazione divertita di tutti i presenti. A sottolineare l'importanza del gioco come strumento trasversale ed universale per lo sviluppo delle capacità sociali ed intellettuali degli individui, l'iniziativa è stata patrocinata dall'Ordine delle Professioni Infermieristiche della Provincia di Trieste, dall'Ordine degli Psicologi del FVG, dall'Ordine degli Assistenti Sociali del FVG e dalla Federazione Italiana di Associazioni Ludiche - FederLudo.

L'evento è stato molto apprezzato dai professionisti che non hanno risparmiato le valutazioni positive sulla giornata e si è registrato un alto interesse per successivi approfondimenti al tema, magari toccando con mano qualche gioco da tavolo o provando a cimentarsi in qualche gioco di ruolo.