



Nuovo mammografo digitale

L' ECOGRAFIA MAMMARIA

L'ecografia mammaria, utilizzando ultrasuoni, non ha controindicazioni e può essere sempre eseguita come esame unico nelle donne al di sotto dei 35 – 40 anni, in assenza di sintomi sospetti e può essere ripetuta senza alcun rischio.

L'ecografia mammaria, nelle donne al di sopra dei 35 – 40 anni, è invece altamente consigliata in associazione alla mammografia in quanto aumenta l'attendibilità diagnostica di quest'ultima consentendo di evidenziare lesioni nodulari nel contesto di aree di alta densità mammaria, non sempre riconoscibili con la sola mammografia.

LA MAMMOGRAFIA

LA MAMMOGRAFIA: è l'esame radiografico delle mammelle e viene praticato mediante l'ausilio del mammografo che è costruito in modo da ottenere il massimo dettaglio dell'organo con la minima esposizione ai raggi X della mammella.

La mammografia è praticabile sempre in qualsiasi fase del ciclo mestruale e a qualsiasi età con delle limitazioni.

Essendo infatti un esame oltre che diagnostico anche di sorveglianza preventiva deve quindi essere ripetuto a distanza regolare di tempo anche senza sintomatologia sospetta.

Per questo si preferisce cominciare a sottoporre a mammografia le donne a partire dai 40 anni con cadenza di un esame ogni anno.

Si consiglia dai 40 anni in poi in quanto il tumore mammario si manifesta dai 35 anni in poi con una frequenza che aumenta in maniera sensibile di anno in anno per raggiungere il massimo intorno ai 50 anni e inoltre perché le mammelle, oltre i 40 anni, sono meno sensibili ai raggi X.

SAN GIORGIO 2000

Diagnostica strumentale s.r.l.
Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Dir. sanitario: Dr. Roberto Baldi
Autorizzazione Comune di Prato
N° 3468 del 17.01.2003
Partita I.V.A.: 01813780978

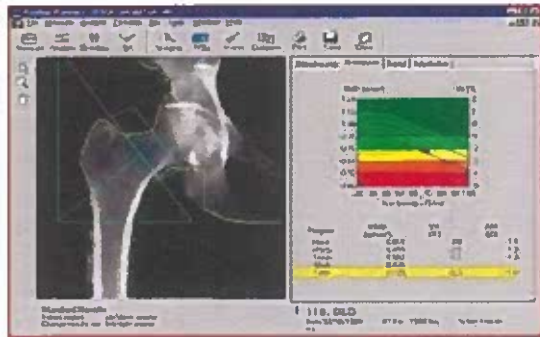
PER APPUNTAMENTI:

0574/ 21250 - 25820 - 23100
da Lunedì a Venerdì 7.30 – 18.00
il Sabato 8.00 – 12.00

CARDIOLOGIA
HOLTER 24 ORE
PROVA DA SFORZO
ANGIOLOGIA
ECOGRAFIA
MAMMOGRAFIA
M.O.C. Mineralometria Ossea



M.O.C. - MINERALOMETRIA OSSEA COMPUTERIZZATA



La M.O.C. è la tecnica di riferimento per prevenire, diagnosticare e controllare l'evoluzione dell'osteoporosi.

Solo questo esame permette di fare con precisione la diagnosi di osteopenia (una modesta demineralizzazione ossea che costituisce un campanello di allarme) o osteoporosi (una demineralizzazione ossea più consistente che comporta il rischio più o meno grave di fratture).

La M.O.C. è indicata nelle donne in menopausa che seguono una terapia sostitutiva ormonale, nei soggetti eccessivamente magri, nei fumatori, nei soggetti che hanno problemi di malassorbimento intestinale (celiachia, intolleranza al lattosio), nei soggetti affetti da diabete mellito, in tutti i casi (uomini e donne) dopo i 65 anni di età e nei soggetti che hanno una storia familiare di fratture ossee.

PROVA DA SFORZO



CICLOERGOMETRO

ECOGRAFIA INTERNISTICA



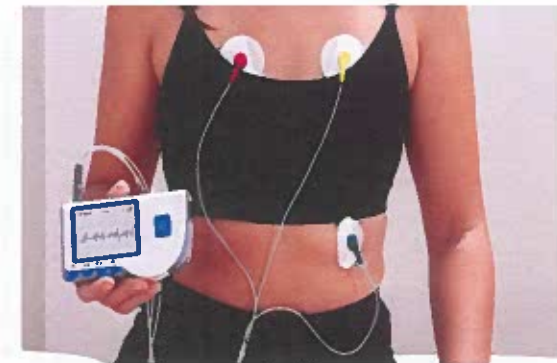
ADDOME SUPERIORE
ADDOME INFERIORE
ADDOME COMPLETO
DEL CAPO e DEL COLLO
TESTICOLARE
TIROIDE e PARATIROIDI

CARDIOLOGIA



ELETTROCARDIOGRAMMA
VISITA CARDIOLOGICA
ECOCOLORDOPPLER

**E.C.G. DINAMICO - HOLTER
e HOLTER PRESSORIO**



Registrazione elettrocardiogramma
o della pressione arteriosa in 24 ore.



HOLTER PRESSORIO

Il monitoraggio della pressione arteriosa è un test non invasivo che consente di registrare la pressione arteriosa per 24 ore mediante un piccolo apparecchio fissato alla vita con una cintura e un bracciale applicato ad un braccio.

Il monitoraggio della pressione arteriosa è indispensabile nel trattamento dei casi di ipertensione.

Il monitoraggio della pressione arteriosa è utile in diverse situazioni:

Nei pazienti che hanno un'ipertensione arteriosa instabile.

Nei pazienti facilmente impressionabili.

Nei pazienti ipertesi in terapia farmacologica per controllare che il farmaco agisca in ogni momento della giornata e non solo per alcune ore. La pressione alta infatti danneggia le arterie anche se rimane alta solo per alcune ore della giornata.

Nei pazienti che, pur avendo la pressione arteriosa normale, durante il giorno accusano sintomi che possono far pensare ad improvvisi aumenti o diminuzioni della pressione con vertigini, sbandamenti, vampate, sudore freddo e senso di svenimento.

Nei pazienti ipertesi che assumono farmaci per abbassare la pressione ed accusano disturbi, per capire se i disturbi sono legati ad una eccessiva diminuzione della pressione. In questo caso è necessario ridurre il dosaggio della terapia o cercare altre cause.

Durante il periodo di registrazione la pressione verrà misurata ogni 15 minuti di giorno e ogni 30 minuti di notte ma il paziente potrà sempre avviare manualmente una misurazione in caso di particolari disturbi quali vertigini, senso di sbandamento o altro. I dati registrati saranno trasferiti su un apposito computer, analizzati e refertati da un medico cardiologo.



HOLTER CARDIACO

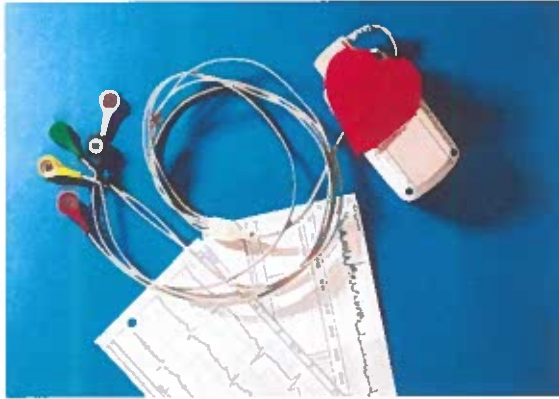
HOLTER PRESSORIO

SAN GIORGIO 2000

Diagnostica strumentale s.r.l.
Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Dir. sanitario: Dr. Roberto BALDI
Autorizzazione Comune di Prato
N° 3468 del 17.01.2003
Partita I.V.A.: 01813780978

PER APPUNTAMENTI:
0574/ 21250 25820 23100
da Lunedì a Venerdì 7.30 – 18.00
il Sabato 8.00 – 12.00



HOLTER CARDIACO

E' il test con il quale viene comunemente chiamato l'elettrocardiogramma dinamico secondo Holter. E' un esame non invasivo impiegando un piccolo registratore che, grazie agli elettrodi applicati al torace del paziente, monitora in modo continuativo l'attività elettrica del cuore. Consente di valutare la regolarità del ritmo, la presenza di aritmie cardiache per escludere o confermare patologie coronariche.

Si esegue in presenza di sospette aritmie discontinue che compaiono in maniera irregolare e per questo non vengono registrate da un E.C.G. a riposo né da un elettrocardiogramma sotto sforzo. Questo elettrocardiografo portatile monitora la attività del cuore per almeno 24 ore consecutive ma anche per 48 ore.

L'Holter cardiaco è indicato per:

Rilevazione di aritmie cardiache, da quelle ipocinetiche (battito inferiore alla media) alle tachiaritmie (tra 60 e 100 battiti al minuto).

Alterazioni discontinue del ritmo cardiaco.

Cardiopatie ischemiche silenti cioè non accompagnate da dolore anginoso.

Disturbi come il cardiopalmo, dolore al torace e vertigini.

Controllo del funzionamento di dispositivi impiantati come il pacemaker.

Monitoraggio dei parametri cardiaci alterati dall'utilizzo di antibiotici o farmaci neurologici.

Il registratore viene montato in istituto da personale infermieristico e smontato la mattina seguente. Quanto è stato registrato nelle 24 ore viene trasferito ad un apposito computer. Lettura e diagnosi sono effettuate da un medico specialista in cardiologia.

Viene consegnata una diaria sulla quale il paziente deve annotare ogni tipo di disturbo specificando l'ora nella quale lo ha avvertito. Deve essere inoltre comunicato il tipo di farmaci eventualmente assunti e portare esami precedentemente effettuati.

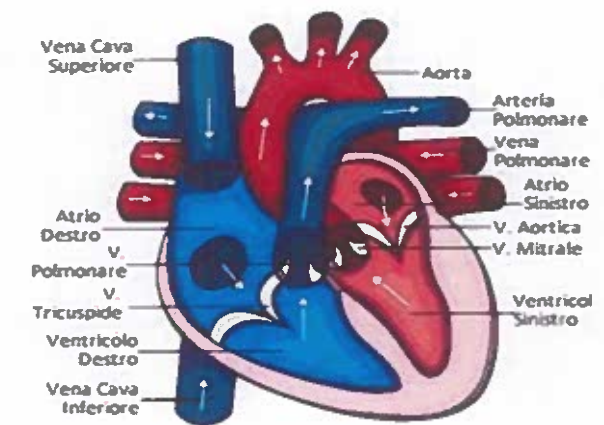
Nelle 24 o 48 ore nelle quali è installato il registratore Holter il paziente deve comportarsi come normalmente fa tutti i giorni, se non di più.

Ovviamente non è possibile effettuare il bagno o la doccia per il periodo nel quale il registratore è installato.

Nello sport agonistico e/o dilettantistico è consigliato, oltre all'elettrocardiogramma da sforzo, per prevenire eventuali anomalie cardiache non evidenziabili nella comune attività fisica.

L' Holter cardiaco può essere utilizzato da chiunque: dai bambini agli anziani. L'esame è indolore e non crea disagi.

Nel caso di richiesta di Holter delle 48 ore occorrono 2 ricette redatte dal Medico se l'esame è effettuato in convenzione.





L' ECOGRAFIA MAMMARIA

L'ecografia mammaria, utilizzando ultrasuoni, non ha controindicazioni e può essere sempre eseguita come esame unico nelle donne al di sotto dei 35 – 40 anni, in assenza di sintomi sospetti e può essere ripetuta senza alcun rischio.

L'ecografia mammaria, nelle donne al di sopra dei 35 – 40 anni, è invece altamente consigliata in associazione alla mammografia in quanto aumenta l'attendibilità diagnostica di quest'ultima consentendo di evidenziare lesioni nodulari nel contesto di aree di alta densità mammaria, non sempre riconoscibili con la sola mammografia.

LA VISITA SENOLOGICA

La visita senologica è il completamento della diagnostica strumentale. Infatti non esiste un esame diagnostico che da solo possa essere esaustivo.

Al contrario il massimo della sicurezza e accuratezza diagnostica in termini scientifici, si ha associando le due metodiche strumentali, ecografia mammaria e mammografia, con la visita senologica.

I medici radiologi ed i chirurghi consigliano alle donne oltre i 30 anni di sottoporsi annualmente a visita senologica e a ecografia mammaria, mentre oltre i 40 anni di sottoporsi annualmente a visita senologica, ecografia mammaria e mammografia.

Dal tumore mammario si guarisce purché si arrivi in tempo a diagnosticarlo, prima cioè che esso sia palpabile ed abbia aggredito linfonodi o altri organi.

E' comunque necessario rivolgersi a medici altamente qualificati e chiederne le credenziali. La figura di riferimento è il Radiologo Senologo. Nella nostra struttura operano radiologi senologi di provata esperienza.

L'AUTO PALPAZIONE DEL SENO

SAN GIORGIO 2000
Diagnostica strumentale s.r.l.

Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Dir. sanitario: Dr. Roberto Baldi
Autorizzazione Comune di Prato
N° 3468 del 17.01.2003
Partita I.V.A.: 01813780978

PER APPUNTAMENTI:

0574 / 21250 25820 23100
da Lunedì a Venerdì 8.00 – 18.00
il Sabato 8.00 – 12.00



**MAMMOGRAFIA
ECOGRAFIA MAMMARIA
VISITA SENOLOGICA**

Eseguire l'auto-esame del seno con una certa regolarità ogni 1 o 2 mesi facendo attenzione agli eventuali cambiamenti come: modificazioni della grandezza o della forma dei seni o presenza di arrossamento, retrazione della cute o del capezzolo, secrezione di liquido dal capezzolo, comparsa di noduli o aumento di consistenza di una parte del seno.

SOTTO LA DOCCIA

Osservare il regolare e simmetrico scorrere dell'acqua sui due seni. Alzare il braccio sinistro e con la mano destra e tenendo le dita piatte toccare ogni parte della mammella per verificare se ci sono aree di consistenza diversa. Premere più decisamente cominciando dal bordo esterno della mammella e avvicinarsi al capezzolo con movimento rotatorio. Ripetere l'esame per l'altra mammella scambiando le posizioni.

SDRAIATA

Mettere un cuscinetto sotto la spalla sinistra e la mano sinistra sotto la testa. Con la mano destra esplorare la mammella sinistra. Ripetere l'esame per l'altra mammella scambiando le posizioni. Effettuare tutti i passaggi come al punto precedente.

SEDUTA

Tenendo il braccio sinistro appoggiato sul tavolo esaminare l'ascella sinistra usando la mano destra con il solito movimento circolare. Ripetere l'operazione per l'ascella destra scambiando le posizioni. E' bene ricordare che nell'ascella c'è parte della mammella.

DAVANTI ALLO SPECCHIO

Osservare eventuali irregolarità o cambiamenti nella forma, nel profilo e nelle dimensioni di ogni mammella con le mani sui fianchi, le braccia lungo il corpo e dietro la testa. Spremere dolcemente i capezzoli e osservare se ne fuoriesce qualche secrezione.

Se con l'autoesame del seno si notano alterazioni è bene informare subito il proprio medico curante.

Per prenotare la mammografia o la ecografia mammaria in **convenzione** rivolgersi al Centro di prevenzione oncologica Eliana Martini **0574-805054**

Oppure prenotarle presso di noi in **libera professione** con le tariffe:

Mammografia: euro 85,00

Ecografia mammaria: euro 70,00

Ecografia, Mammografia, visita senologica: euro 155,00

MAMMOGRAFIA

LA MAMMOGRAFIA: E' l'esame radiografico delle mammelle e viene praticato mediante l'ausilio del mammografo che è costruito in modo da ottenere il massimo dettaglio dell'organo con la minima esposizione ai raggi X della mammella.

La mammografia è praticabile sempre in qualsiasi fase del ciclo mestruale e a qualsiasi età con delle limitazioni.

Essendo infatti un esame oltre che diagnostico anche di sorveglianza preventiva deve quindi essere ripetuto a distanza regolare di tempo anche senza sintomatologia sospetta.

Per questo si preferisce cominciare a sottoporre a mammografia le donne a partire dai 40 anni con cadenza di un esame ogni anno.

Si consiglia dai 40 anni in poi in quanto il tumore mammario si manifesta dai 35 anni in poi con una frequenza che aumenta in maniera sensibile di anno in anno per raggiungere il massimo intorno ai 50 anni e inoltre perché le mammelle, oltre i 40 anni, sono meno sensibili ai raggi X.



FISIOTERAPIA e OSTEOPATIA

Dott. Alessandro CASINI
Fisioterapista e Osteopata D.O.

Fisioterapia per:
EVENTI TRAUMATICI: fratture ossee,
strappi muscolari, lesioni tendinee.

PATOLOGIE: artrosi, ernie discali,
tendiniti, borsiti, patologie reumatiche.

CHIRURGIA: riabilitazione post-
intervento per protesi, lesioni legamentose
o meniscali, allettamento prolungato.

Osteopatia per: lombalgia, cervicalgia,
mal di testa, colpo di frusta, disturbi della
digestione e del ciclo mestruale, problemi
odontoiatrici.



DERMATOLOGIA

Dott. Paolo AMMANNATI
Medico specialista in dermatologia
e venereologia

effettua:

VISITA DERMATOLOGICA

**ESAME DERMATOSCOPICO
DEI NEVI**



SAN GIORGIO 2000
Diagnostica strumentale s.r.l.
Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Dir. sanitario: Dr. Roberto Baldi
Autorizzazione Comune di Prato
N° 3468 del 17.01.2003
Partita I.V.A.: 01813780978

0574/ 21250 25820 23100
da Lunedì a Venerdì 7.30 - 18.00
il Sabato 8.00 - 12.00

VISITE SPECIALISTICHE



DERMATOLOGIA
FISIOTERAPIA e
OSTEOPATIA
ALLERGOLOGIA
CONSULENZA
NUTRIZIONISTICA
INTOLLERANZE
ALIMENTARI



ALLERGOLOGIA

Dott. Franco COSMI

Medico specialista in Allergologia e
Immunologia clinica

Effettua:

VISITE ALLERGOLOGICHE

VISITE IMMUNOLOGICHE

**PROVE ALLERGOLOGICHE
CUTANEE PER ALLERGENI
INALANTI**

**CONSULENZE PER MALATTIE
AUTOIMMUNI**



BIOLOGIA NUTRIZIONISTICA

Dr.ssa Jessica MIRANDA

Biologa nutrizionista

CONSULENZA NUTRIZIONALE

**ELABORAZIONE PIANO
TERAPEUTICO ALIMENTARE**

BIOIMPEDENZIOMETRIA (BIA)

**VALUTAZIONE STATO
NUTRIZIONALE**

NUTRIZIONE PER LO SPORT

**VISITA DI CONTROLLO STATO
NUTRIZIONALE**



TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI

Test Easy Food da 60 alimenti

Test Easy Food da 120 alimenti

Questi test di laboratorio rilevano con metodica immunoenzimatica la presenza di anticorpi alimento-specifici IgG mediati.

Si effettuano con prelievo di sangue a digiuno e la risposta in 4 – 5 giorni lavorativi.

Il costo è di euro 109,00 per il test da 60 alimenti e di euro 149,00 per il test da 120 alimenti. Si consiglia di portare i risultati al proprio medico o a un biologo nutrizionista.



SNIBE MAGLUMI 2000

FT 3
FT 4
TSH
Anti Tireoglobulina (TG)
Anti Tireoperossidasi (TPO)
Beta HCG
COVID-19 Anticorpi IgG e IgM
Alfafetoproteina
CEA - Antigene Carcinoma Embrionale
PSA Totale e PSA Libero
CK-MB – Troponina
FSH - Ormone follicolostimolante
Prolattina – Estradiolo - Estriolo
Progesterone – Dheas-S
Toxoplasmosi IgG e IgM
Rosolia IgG e IgM
Testosterone e Free Testosterone
Citomegalovirus IgG e IgM
Immunoglobuline IgG-IgA-IgM-IgE
Vitamina B12 – Ferritina – Folati



STAGO SATELLITE MAX

Tempo di protrombina (PT)
Tempo di tromboplastina (PTT)
Fibrinogeno
D-Dimero
Antitrombina III



DIESSE CHORUS

Analizzatore immunologico per ormoni

Ist. Analisi Mediche SAN GIORGIO

Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Dir. sanitario: **Dr. Roberto Baldi**
Aut. Comune di Prato n° 33196 del 23.05.2001
Partita I.V.A.: 01374950481

0574 / 23058 23100 23102
e-mail: info@istitutosangiorgio.it
pec: sangiorgio@pec.prato.it

ORARIO di APERTURA
da Lunedì a Venerdì 7.30 – 18.00
il Sabato 8.00 – 12.00

NUOVO LABORATORIO



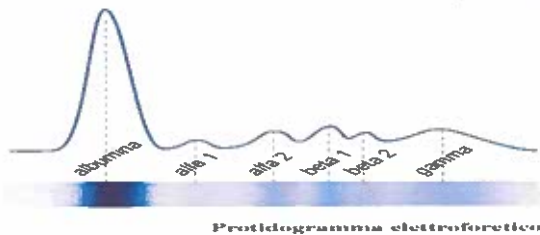
ORARIO PRELIEVI
da Lunedì a Venerdì: 7.30 – 10.30
il Sabato: 8.00 – 10.00
si effettuano su appuntamento
PRELIEVI DOMICILIARI



DIESSE CUBE 30 TOUCH
V.E.S. – VELOCITA' DI
ERITROSEDIMENTAZIONE



SEBIA MINICAP
ELETTROFORESI delle SIEROPROTEINE



BECKMAN COULTER 560
Esame emocromocitometrico completo con
conteggio di leucociti, eritrociti, piastrine e
formula leucocitaria stimata.

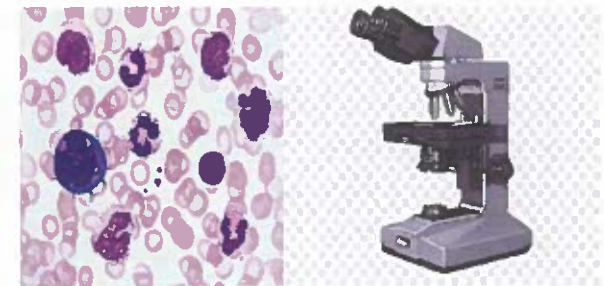


SIEMENS HEMATEK
COLORATORE per EMATOLOGIA
Utilizzato per la colorazione degli strisci di
sangue periferico con metodica Giemsa -
Wright per il controllo della formula
leucocitaria al microscopio ottico.



MINDRAY BS 380
GLICEMIA, AZOTEMIA, CREATININA,
COLESTEROLO TOTALE, HDL, LDL
TRIGLICERIDI, ACIDO URICO, LDH
BILIRUBINA TOTALE e FRAZIONATA,
AMILASI, FOSFATASI ALCALINA,
LIPASI, ELETTROLITI, GAMMA GT,
TRANSAMINASI GOT e GPT, CPK.

MICROSCOPIO OTTICO



Formula leucocitaria vista al microscopio:
eritrociti (globuli rossi), leucociti (globuli
bianchi) e piastrine

Si consiglia far vedere il risultato al proprio Medico curante o ad un Biologo nutrizionista.

Presso la nostra struttura effettua consulenza nutrizionistica la Dr.ssa **Jessica MIRANDA**.



Biologa nutrizionista la quale effettua l'anamnesi, la valutazione dello stato nutrizionale e dello stile di vita, del fabbisogno energetico anche per la pratica sportiva agonistica e non agonistica.

Anamnesi alimentare, fisiologica, patologica e familiare. Valutazione antropometrica e della composizione corporea. Elaborazione di strategie nutrizionali personalizzate, follow-up e monitoraggio fino al raggiungimento degli obiettivi.

TEST BIA: bioimpedenziometria

TRATTAMENTI

Carenze di macro e micronutrienti
Cardiopatie
Diabete
Disfagia
Dislipidemia
Disturbi del comportamento alimentare
Gotta
Insufficienze renali
Intolleranze alimentari
Allergie
Malnutrizione
Menopausa e sindrome dell'ovaio policistico
Nutrizione oncologica
Nutrizione in gravidanza, allattamento e svezzamento
Nutrizione in età pediatrica
Patologie epatiche
Patologie tiroidee
Patologie neurologiche
Patologie renali
Patologie gastrointestinali
Obesità e/o sovrappeso
Ritenzione idrica



ANALISI MEDICHE SAN GIORGIO

Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Direttore sanitario: Dott. Roberto BALDI
Autorizzazione Comune di Prato
N° 3468 del 17.01.2003
Partita I.V.A.: 01374950481

0574 / 23058 23100 23102

Orario di apertura
dal Lunedì al Venerdì 7.30 – 18.00
il Sabato 8.00 – 12.00

Orario prelievi
Dal Lunedì al Venerdì 7.30 – 10.30
Il Sabato 8.00 – 10.00



**BIOLOGIA della
NUTRIZIONE**

INTOLLERANZE ALIMENTARI

Test Easy Food da 120 alimenti

Questo test di laboratorio rileva con metodica immunoenzimatica la presenza di anticorpi alimento-specifici IgG mediati.

Si effettua con prelievo di sangue a digiuno e il costo è di euro 149,00 (già scontato).

Risposta in 4 - 5 giorni lavorativi.

Di seguito gli alimenti analizzati.

CARNI: Agnello, Coniglio, Maiale, Mix caccia (fagiano, quaglia, cinghiale) Manzo, Tacchino e Pollo.

FRUTTA: Albicocca, Arancia, Ciliegia, Kiwi, Limone, Mela, Melone, Mix di agrumi (mandarino, cedro, pompelmo, mapo), Mix frutti di bosco (ananas, mango, papaia, avocado), Pera, Pesca, Prugna, Uva bianca.

CEREALI: Amaranto, Farro, Grano saraceno, Mais, Orzo, Segale, Sesamo, Tapioca.

FRUTTA SECCA: Anacardo, Arachide, Mandorla, Noce.

ORTAGGI: Asparago, Carota, Cicoria, Cipolla, Finocchio, Fungo porcino, Melanzana, Mix di cavoli (broccoli, cavoletti di Bruxelles, cavolo nero,

cavolfiore, cavolo cappuccino, verza), oliva, patata, peperone, pomodoro, quinoa, sedano, spinacio, zucchina.

ALTRO: Cacao, Caffè, Semi di girasole, Lievito chimico, Lievito di birra, Miele, Mix di zuccheri (fruttosio, zucchero di canna, succo di acero, malto d'orzo), the, uovo, zucchero bianco

LEGUMI: Ceci, Fagioli, Lenticchie, Piselli, Soia.

LATTE e LATTICINI: Latte di capra, Latte di mucca, Latte di pecora.

PESCI e MOLLUSCHI: Merluzzo, Mix di cefalopodi, Mix di crostacei (gamberi, canocchie, scampi, aragoste), Mix di molluschi (vongole, vongole veraci, cozze, capesante, ostriche, cannolicchi), Salmone, Sogliola, Tonno, Trota.

SPEZIE e AROMI: Mix di aromi (origano, basilico, salvia, rosmarino), Mix di spezie (pepe, chiodi di garofano, noce moscata, cannella)



INTOLLERANZE ALIMENTARI

Test Easy Food da 60 alimenti

Si effettua sempre con prelievo di sangue a digiuno e il suo costo è di euro 109,00 già scontato. Risposta in 4 - 5 giorni lavorativi.

CARNI: Agnello, Coniglio, Maiale, Manzo, Pollo, Tacchino.

FRUTTA: Albicocca, Arancia, Banana, Fragola, Kiwi, Limone, Mela, Pera, Prugna, Uva, Pesca

ORTAGGI: Asparago, Carota, Cavolfiore, Funghi porcini, Cicoria, Cipolla, Lattuga, Melanzana, Oliva, Patata, Peperoni, Pomodoro, Sedano, Spinaci, Zucchina.

ALTRO: Cacao, Caffè, Lievito chimico, Lievito di birra, Miele, Tè, Uovo, Zucchero bianco.

LEGUMI: Fagioli, Piselli, Soia.

CEREALI: Farro, Grano duro, Mais, Orzo, Riso.

PESCI e MOLLUSCHI: Gambero, Merluzzo, Mix di cefalopodi, Salmone, Sogliola, Tonno.

LATTE E LATTICINI: Latte di capra, Latte di mucca, Latte di pecora

CONOSCENZA E' PREVENZIONE

Secondo l'Osservatorio Sanità

Uni Salute-Nomisma 2023, solo il 41% degli italiani si sottopone regolarmente a controlli, e spesso soltanto in caso di malessere.

Ma la prevenzione non dovrebbe partire dai sintomi: dovrebbe anticiparli.

Inserire 5 esami del sangue nella propria routine annuale può diventare un gesto concreto di longevità, salute e autodeterminazione.

STANCHEZZA, MAL DI TESTA e IRRITABILITA':

SE FOSSE ALLERGIA?

Non solo starnuti e occhi che lacrimano. Le allergie respiratorie primaverili si presentano spesso con sintomi insospettabili che molti attribuiscono al cambio di stagione, o allo stress o a stanchezza accumulata. Ma c'è un dato curioso: alcune reazioni allergiche agiscono in modo molto più sottile e più diffuso di quanto pensiamo. Quando il sistema immunitario reagisce in modo anomalo a sostanze di norma innocue come i pollini, rilascia molecole infiammatorie che possono avere effetto anche sul sistema nervoso e sulla qualità della vita quotidiana. Il primo passo è un test allergologico come il prick test e una visita allergologica per un eventuale un trattamento.

PROTEINA PCR-hs: IL TERMOMETRO DELL'INFIAMMAZIONE SILENTE

La proteina C Reattiva ad alta sensibilità (PCR-hs) misura l'infiammazione di basso grado, quella cronica e sistemica che può passare inosservata per anni ma favorire aterosclerosi, malattie autoimmuni e metaboliche. Valori superiori a 3 mg/L sono considerati preoccupanti.

Cosa fare? Seguire un'alimentazione antinfiammatoria, ricca di omega-3, fibre, polifenoli, povera di zuccheri e alimenti ultra-processati, praticare attività fisica regolare, curare il sonno e lo stress. Monitorare la PCR-hs è utile per chi vuole tenere sotto controllo il proprio stato infiammatorio e prevenire malattie croniche.

NUOVO LABORATORIO

CHIMICA CLINICA
EMATOLOGIA e COAGULAZIONE
ELETTROFORESI DELLE PROTEINE
MICROBIOLOGIA e VIROLOGIA
INTOLLERANZE ALIMENTARI
ALLERGOLOGIA e IMMUNOLOGIA
ORMONI e MARCATORI TUMORALI

ORARIO PRELIEVI

da Lunedì a Venerdì: 7.30 – 10.30

il Sabato: 8.00 – 10.00

senza appuntamento

si effettuano su appuntamento
PRELIEVI DOMICILIARI

Ist. Analisi Mediche SAN GIORGIO

Via San Giorgio, 19/8 – PRATO

Dir. sanitario: **Dr. Roberto Baldi**
Aut. Comune di Prato n° 33196 del 23.05.2001
Partita I.V.A.: 01374950481

0574 / 23058 23100 23102

e-mail: info@istitutosangiorgio.it

pec: sangiorgio@pec.prato.it

ORARIO di APERTURA
da Lunedì a Venerdì 7.30 – 18.00
il Sabato 8.00 – 12.00

**GLI ESAMI DEL
SANGUE POCO NOTI
CHE SONO
FONDAMENTALI
PER LA TUA SALUTE**



Ecco perché Lipoproteina A, HOMA index, Emoglobina glicata e PCR-hs dovrebbero entrare nella routine di prevenzione.

Ci sono esami del sangue che conosciamo fin troppo bene e che scandiscono, più o meno regolarmente, i nostri check-up di routine. Si pensi ad esempio alla Glicemia, Colesterolo ed Emocromo. Ma ce ne sono altri che, pur avendo un grande potenziale diagnostico, restano ai margini delle prescrizioni mediche più comuni. Eppure, secondo GS LOFT, laboratorio e centro all'avanguardia nel biohacking coacking fondato da Giacomo Spazzini, questi test possono fare la differenza tra una malattia silente e un intervento tempestivo di cura.

LIPOPROTEINA A: la spia silenziosa del cuore

Si chiama Lipoproteina A, o Lp (a), ed è una molecola simile al Colesterolo LDL, ma ancora più pericolosa: quando presente in quantità elevate nel sangue (sopra i 50 mg/dl), favorisce la formazione di placche aterosclerotiche e aumenta il rischio di infarti, ictus e trombosi.

La sua concentrazione è in gran parte geneticamente determinata (fino al 90%) e, al momento, non esistono farmaci approvati per abbassarla in modo mirato. Tuttavia sapendo tramite un prelievo di sangue di avere un valore alto consente di agire su altri fattori di rischio modificabili:

ridurre il Colesterolo LDL con una dieta ricca di fibre e grassi buoni, integrare tecniche di gestione dello stress e mantenere uno stile di vita attivo. Un esame utile, soprattutto per chi ha una familiarità con patologie cardio-vascolari, ma anche per chi vuole giocare di anticipo.

HOMA INDEX: scoprire la resistenza insulinica prima che faccia danni.

L'Homa Index (Homeostasis Model Assessment) misura la sensibilità alla insulina. Un valore superiore a 2,5 segnala che le cellule stanno diventando meno reattive all'azione di questo ormone, costringendo il pancreas a una produzione sempre più elevata per mantenere stabile la glicemia. E' la miccia silenziosa che può accendere diabete di tipo 2, sindrome metabolica, obesità viscerale e malattie cardio-vascolari.

La buona notizia è che è possibile intervenire prima che sia troppo tardi: con una dieta a basso indice glicemico, esercizio fisico regolare, soprattutto aerobico e HIIT (Higt Intensity Interval Training), sonno di qualità e riduzione dello stress.

EMOGLOBINA GLICATA (HbA1c): il diario segreto della glicemia

A differenza della glicemia a digiuno, una fotografia istantanea, l'emoglobina glicata racconta la media della glicemia degli ultimi 2 – 3 mesi, offrendo una

visione più completa del metabolismo glucidico. Valori compresi tra 5,7% e 6,4% indicano una condizione di prediabete, anche se la glicemia a digiuno è ancora nella norma. Controllarla regolarmente permette di individuare precocemente squilibri metabolici, soprattutto in caso di familiarità, sovrappeso, stile di vita sedentario o pressione alta.

Il consiglio degli esperti? Un check all'anno per soggetti sani, ogni 3 – 6 mesi per chi è a rischio.

OMOCISTEINA: il legame tra cuore, cervello e vitamine.

L'Omocisteina è un aminoacido che, se presente in valori elevati (> 30 micromoli/L), rappresenta un fattore di rischio per malattie cardio-vascolari e neurologiche: infarto, ictus, declino cognitivo e demenza.

Può anche essere il segnale di una carenza di vitamine del gruppo B, in particolare B6, B9 (acido folico) e B12. Come tenerla sotto controllo? Con la dieta equilibrata che includa verdure a foglia verde, legumi, agrumi, ma anche uova, carne, latticini e pesce. In alcuni casi possono essere necessarie integrazioni mirate.

L'Omocisteina è l'esame perfetto per chi ha familiarità con patologie vascolari o sintomi di affaticamento e difficoltà cognitive.

