

PREVENZIONE

# Non si può più aspettare I controlli da fare. Adesso

*Dalle possibili allergie alla tiroide, fino allo stato del cuore: ecco i test che ci svelano quanto siamo sani  
Le visite ginecologiche e andrologiche non andrebbero mai trascurate: "I tempi sono importanti"  
Anche la tiroide e il sistema linfatico devono essere sempre tenuti sotto osservazione regolare*

VALENTINA ARCOVIO

**N**on bisogna trovare più scuse. Ora che le vacanze estive sono archiviate, che la scuola è iniziata e si sono riprese le attività lavorative e quotidiane in generale, è arrivato il momento di rimettersi in pari con la propria salute. E quindi è arrivato il momento di fare o rifare tutti quei controlli e quelle visite mediche rimandate per tutto l'anno (o anche di più!) e mettersi al sicuro da ogni complicazione evitabile.

**Visita allergologica.** Quel prurito fastidioso o quello strano raffreddore che ci accompagna in alcuni periodi dell'anno o in alcune specifiche situazioni. O ancora: gli occhi ar-



**1 Cuore**  
Anche in assenza di sintomi, dopo gli "anta" è consigliabile sottoporsi a controlli su base regolare

**2 Screening**  
Rimandare: è il primo comportamento sbagliato da evitare sempre

rossati, il respiro sibilante o lo sfogo sul braccio. Spesso spuntano fuori durante la primavera, ma non di rado anche in altre stagioni. Possono essere segnali che dovrebbero indurci a rivolgerci a un allergologo.

«Se durante l'anno si avvertono questi sintomi, in periodi o situazioni specifiche, si potrebbe essere di fronte a un disturbo allergico», dice Mario Di Gioacchino, presidente della Società italiana di allergologia, asma e immunologia clinica. «Il consiglio è sottoporsi a test allergologici che possono essere effettuati in qualunque periodo dell'anno. Non esistono infatti mesi o stagioni più indicati di altre, ma in caso di allergie ai pollini che insorgono in primavera - continua - è preferibile rivolgersi allo specialista proprio in questo periodo, lontani dalla fase acuta della crisi allergica».



Via dunque ai test. «Si possono fare sia il test cutaneo sia la ricerca delle IgE specifiche per gli allergeni sospetti, attraverso un prelievo del sangue», sottolinea Di Gioacchino. «E' importante non ritardare la diagnosi per scongiurare reazioni allergiche ad alimenti e per interrompere la progressione delle malattie allergiche a carico delle vie respiratorie».

**Visita ginecologica.** Sono i controlli che tendono con più frequenza a essere rimandati, ma sono indubbiamente tra quelli più importanti che non andrebbero mai procrastinati. Le ragazze effettuano la prima visita gi-

necologica intorno ai 14-15 anni. Per i ragazzi, invece, è consigliato un controllo andrologico prima dei 18 anni, con l'obiettivo di escludere malformazioni e patologie che interessano l'apparato uro-genitale. «La visita ginecologica diventa ancora più importante quando una ragazza è sessualmente attiva», conferma la ginecologa Maria Giuseppina Picconeri, membro del direttivo nazionale della Società italiana di riproduzione umana e fondatrice del Nike Medical Center di Roma. «E' qualcosa che dico sempre durante i numerosi progetti di Tutela della Salute

Riproduttiva che organizziamo all'interno delle scuole», aggiunge. È inoltre importante effettuare controlli specifici per la prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse. A partire dai 30 anni, inoltre, è consigliato l'HPV test, che rileva i tipi di Papillomavirus umano ritenuti rischiosi, poiché possono causare nella donna lo sviluppo di un tumore del collo dell'utero.

**Visita andrologica.** Un discorso simile vale anche per gli uomini, i più restii a rivolgersi all'andrologo. «E' invece importante già iniziare durante la prima adolescenza, in modo