

## OCCHI E SOLE: la necessità di un'adeguata protezione

A cura di Dott. Massimo C.G. Ferrari - Medico Chirurgo Oculista

### Il perchè di una corretta protezione

**G**li occhi, quest'importante "finestra sul mondo esterno", sono un bene troppo prezioso per essere trascurati. Parlando di protezione dai raggi solari, spesso non si considera lo stato di salute e di benessere dell'organo della vista e si lascia spazio nella scelta dei

presidi ottici e protettivi a considerazioni estetiche o puramente legate ai costi, alla moda o alla firma dello stilista.

In particolare l'occhiale da sole impiegato dalla maggior parte di noi è molto spesso l'unico elemento di protezione e di separazione fra i nostri occhi e

l'ambiente esterno, ricco di innumerevoli insidie tra cui le radiazioni ad alta energia.

Queste ultime se non adeguatamente filtrate, possono provocare anche serie complicazioni alle strutture oculari, tra cui congiuntiva, cornea ed in alcuni casi più gravi cristallino e retina.

### Protezione maggiore rivolta a ...

**D**a quanto esposto, la lente protettiva ideale dovrebbe essere in grado di garantire l'assorbimento delle radiazioni nocive per l'organo della vista, garantendone al tempo stesso l'ottimale qualità visiva.

Il rischio solare dipende anche dalla quota dal livello del mare: in montagna ad esempio l'esposizione è più elevata ed in presenza di neve o ghiaccio i rischi oculari sono quadruplicati. Per contro,

anche le superfici riflettenti (fiumi, laghi, mare) sono altrettanto a rischio.



Archivio dr. Ferrari

Chi sono quindi i soggetti maggiormente esposti ai rischi da radiazione ultravioletta?

I bambini (neonati in particolare), in cui la perfetta trasparenza del loro cristallino non crea nessun tipo di filtraggio agli UV che possono raggiungere la retina con maggiori possibilità di sviluppare nel tempo qualche modificazione patologica. Sicuramente più esposti a questo tipo di pericoli da radiazioni sono gli occhi molto

chiari, poco ricchi di pigmento irideo, o i soggetti albinici.

Così anche nei soggetti allergici o in coloro in cui il film lacrimale della superficie oculare risulta alterato (sindrome dell'occhio secco) l'intolleranza alla luce può essere un sintomo frequente che richiede l'uso di un buon occhiale da sole. Nei portatori di lenti a contatto l'occhiale da sole non solo è utile nell'attenuare i fastidi correlati alla luminosità ma rappresenta un ottimale ulteriore filtro protettivo verso l'ambiente esterno ricco di impurità che possono creare fastidi ed intolleranza nell'uso delle lenti.

Vale la stessa precauzione per tutti coloro che sono stati sottoposti ad interventi di microchirurgia oculare, in particolare i portatori di cristallino artificiale dopo la rimozione della cataratta o coloro che sono stati sottoposti a chirurgia refrattiva per la riduzione dei

difetti quali miopia, astigmatismo o ipermetropia, o coloro sottoposti ad altro tipo di chirurgia oculare. Un certo fastidio alla luce e quindi la necessità di adeguata protezione viene riferita da pazienti portatori di patologie retiniche quali la retinopatia diabetica, le maculopatie o degenerazioni maculari di tipo miopico senile, o i pazienti trattati per distacco retinico.

Così anche pazienti affetti da glaucoma possono, in alcuni casi, riferire una certa intolleranza alla luce, anche in relazione ai tipi di colliri utilizzati nelle terapie antiglaucomatose.

Ci sono poi situazioni particolari che richiedono altrettanti occhiali particolari: nei videoterminalisti ed in tutti coloro che sono sottoposti a luci ambientali per parecchie ore nel corso della giornata (es. le luci neon), sono in alcuni casi consigliabili lenti anche di potere neutro, fotocromatiche e

possibilmente antiriflesso, per evitare almeno in parte i sintomi da affaticamento visivo.

Includerei anche i soggetti che per attività lavorativa, sportiva o personale passano varie ore in zone particolarmente assolate, basti pensare che statisticamente nelle piccole isole in cui il numero di ore di insolazione è superiore alla media, le patologie oculari come la cataratta e le degenerazioni maculari sono nettamente più diffuse che altrove,

Questi principi dovrebbero essere esposti ed insegnati fin dall'età infantile, per essere ben istruiti sulla pericolosità degli UV e sull'adeguata protezione dei propri occhi.

Purtroppo ancora oggi non esiste un'informazione strutturata da parte di tutti quegli organi di interfaccia con i giovani e le famiglie, quali le scuole ed i principali mezzi di comunicazione.

## Gli occhiali nello sport ed in campi speciali

La tecnologia ottica e l'esigenza di fornire materiali sempre più leggeri, resistenti ed otticamente sofisticati, ha notevolmente ampliato la diffusione di occhiali anche a protezione UV per sportivi di tutti i generi o in condizioni ed attività davvero speciali ed "off limit". Per lo sport sono stati creati occhiali particolari capaci di rispondere alle caratteristiche ed alle esigenze del singolo atleta in

rapporto alle performances sportive ed alle esigenze imposte dalle singole federazioni che ne regolano l'utilizzo in campo agonistico e non.

Per chi è appassionato di nuoto, o di attività subacquee è possibile far preparare occhialini da nuoto o maschere subacquee di diverso tipo con la correzione diottrica desiderata, così anche per gli appassionati della montagna e

dello sci sono allo stesso modo preparabili maschere da sci corrette e solari, o normali occhiali da sole con lenti multistrato.

Anche per gli appassionati del golf sono stati creati occhiali particolari con lunette lateralizzabili al fine di avere un prodotto che offre al giocatore una perfetta visione a tutte le distanze richieste e provvisto, inoltre, di tutta una serie di filtri aggiuntivi capaci di

offrire il massimo contrasto e la massima protezione UV in base alle diverse condizioni atmosferiche. Per il calcio, il basket o la pallavolo sono stati creati tempiali antiurto resistenti e leggeri dotati di lenti con ottimo filtro UV adattabile alle diverse condizioni ambientali di attività.

Per l'automobilismo ed il mondo del motociclismo le grandi ditte costruttrici di caschi integrali ormai da anni montano visiere multistrato con trattamenti speciali in grado di proteggere

l'organo della vista sia dagli UV sia in caso di urti, mantenendone un'ottimale performance visiva,



Archivio dr. M. Ferrari

anche in condizioni crepuscolari o di particolare difficoltà.

Lo studio e la ricerca delle nuove tecnologie e dei materiali di protezione non trascurano naturalmente soggetti che operano in condizioni speciali come piloti aerospaziali, o militari; infatti, materiali simili sono frutto di studi e programmi di ricerca in campo militare per la protezione ultravioletta di unità operative in campi bellici particolari, come le aree montane, desertiche o in campo aerospaziale.

*Come facilmente si può comprendere, l'esigenza di proteggere i nostri occhi è elemento di fondamentale importanza al fine di rallentare od evitare le più temibili patologie oculari.*

*Risulta tuttavia importante ricordare che solamente il Medico specialista Oculista operante in centri altamente qualificati, quali l'Ospedale San Raffaele ed i suoi Punti Raf, è in grado di offrire un elevato servizio professionale basato non solo sulla preparazione clinica e sul costante aggiornamento di ricerca, ma soprattutto sul rispetto e sulla qualità del rapporto medico paziente, elemento da sempre basilare di etica e di alta professionalità medica.*

## Diagnosticare e curare le patologie ANO-RETTO-COLICHE

A cura della Dr.ssa Nadine Osman - Specialista in Chirurgia dell'apparato digerente - colonproctologia

**L**e malattie benigne dell'ano e del retto colpiscono circa il 30% della popolazione. Nonostante siano così frequenti, sono talora sottovalutate e considerate di scarsa importanza. Le patologie coloproctologiche presentano spesso sintomi comuni

e questo porta il paziente ad associare molti disturbi, quali il dolore, il sanguinamento ed il prurito alle emorroidi ed a rinviare così la visita dal Medico di famiglia e la successiva eventuale consulenza coloproctologica, in quanto convinto di "soffrire di

emorroidi", per poi venire a conoscenza di una molteplicità di alterazioni diverse, tanto impensabili per il paziente quanto di semplice risoluzione per lo specialista. Nell'ultimo decennio si è assistito ad una vera e propria rivoluzione nell'ambito delle

conoscenze delle malattie coloproctologiche. Una più chiara comprensione dell'anatomia e dei meccanismi fisiopatologici ha comportato lo sviluppo di nuove strategie terapeutiche che si sono dimostrate efficaci nella cura di quelle patologie che, fino a non molti anni fa, si caratterizzavano per un elevato numero di persone che se ne ammalavano. I progressi maggiori si sono registrati soprattutto nella diagnosi e nella terapia delle patologie del pavimento pelvico. Ciò nonostante alcune malattie funzionali, come la stipsi e l'incontinenza, continuano a rappresentare un importante problema socio-sanitario. Nell'ambito della patologia neoplastica colo-retto-ale l'avvio di programmi di screening della popolazione ha permesso di diagnosticare un numero elevato di neoplasie maligne, in fase precoce, garantendo ai pazienti un tasso di guarigione sempre più alto. Noto è stato, anche, il miglio-

ramento delle tecniche chirurgiche con l'introduzione della chirurgia mini-invasiva.

Il coloproctologo è il Medico che si occupa delle malattie del colon e dell'ano: emorroidi, ragadi, fistole anali, cisti pilonidale, malattia diverticolare dell'intestino, polipi e tumori intestinali, prolasso rettale, stipsi ed incontinenza.

La diagnostica delle malattie del colon è complessa e richiede esami diagnostici strumentali impegnativi, che a volte necessitano dell'intervento di vari specialisti. La visita proctologica consiste in un colloquio tra paziente e proctologo, in cui il paziente descrive tutti i sintomi per cui ha deciso di consultare lo specialista. Dopo l'anamnesi il medico effettua una visita generale ed una esplorazione rettale che consiste in una ispezione esterna ed interna del canale anale e dell'ultimo tratto del retto. La visita proctologica è completata dall'anoscopia, cioè dall'osserva-

zione del canale anale e dell'ultima porzione del retto con un piccolo strumento cilindrico di plastica trasparente, monouso. La visita è generalmente poco fastidiosa e viene eseguita ambulatorialmente in pochi minuti, senza particolare preparazione fornendo notevoli indicazioni cliniche e consentendo (oltre che a diagnosticare e a curare adeguatamente le più comuni patologie benigne) una precoce diagnosi dei tumori del grosso intestino ed il loro successivo trattamento.

Pertanto la visita proctologica deve essere eseguita, senza timore, ad ogni segno di fastidio, anche di piccola entità, per diagnosticare e curare al meglio le patologie benigne ma soprattutto per escludere la presenza di patologie neoplastiche misconosciute.

### Periodico di informazione dei Puntini del San Raffaele

#### Notizie Raf

anno VII - N° 33 - Settembre 2007  
Redazione: Rossella Calvi,  
Alberto Galliani, Gabriele Pellicciotta

**Tutti coloro che desiderano collaborare con notizie Raf possono inviare gli articoli alla Redazione di via Santa Croce, 10/a.**

Il materiale pervenuto non verrà restituito. I testi non possono essere riprodotti senza autorizzazione della Direzione Sanitaria. Si comunica che tutti gli autori sono interamente responsabili degli articoli pubblicati.

Il notiziario può anche essere visibile sul sito [www.puntiniraf.it](http://www.puntiniraf.it)

**Tiratura 3000 copie.**

Per suggerimenti o informazioni sulla pubblicazione, contattateci all'indirizzo

e-mail: [calvi.rossella@hsr.it](mailto:calvi.rossella@hsr.it)

**Presso il Punto Raf di via Respighi 2 è attivo dal marzo 2007 un ambulatorio per la diagnosi delle malattie ano-retto-coliche e per la terapia di quelle forme patologiche dell'ultimo tratto del colon e dell'ano (comprese quindi, ad esempio, le forme emorroidarie) trattabili in ambulatorio con le tecniche chirurgiche dette mini-invasive, quasi praticamente indolori.**