

OK

SALUTE E BENESSERE

www.ok-salute.it

**cucina
low cost**
10 ricette
salutari
con meno
di 3 euro

**GIULIO
BERRUTI**

«Così ho domato
le fitte atroci
da ernia cervicale»

**brutti
sogni**

scopri quale è
il loro vero
significato

le confessioni di

Angela Finocchiaro
Pupo
Sally Field
Mietta

**dieta
Dukan**

i vantaggi
e i rischi
del regime
dei vip

**massaggi
fai da te**

impara
ad allontanare
doloretti
e gonfiori

700
MEDICI DI OK
A TUA DISPOSIZIONE
CHIEDI
UN CONSULTO
GRATUITO

TI AMA O NON TI AMA?

Gli indizi per capire
se c'è corrispondenza
di sentimenti,
se la storia andrà avanti
o se è al capolinea

Andria 4,50 - Bologna 5,50 - Catania 6,00
Firenze 4,00 - Firenze 4,50 - Genova 4,50
Grosseto 4,50 - Milano 5,00 - Padova 4,50 - Venezia 4,00
Varese 4,50 - Verona 5,00 - Roma 4,50
Cosenza 4,50 - Roma 4,50 - Roma 4,50
Pubb. Italiana s.p.a. Sped. in a.p. D.L. 353/2003
(conv. in L. 46/04) art. 1, comma 1, DCB Milano



Con "Impara a correre" € 8,40



anch'io
PUPO

Rischiavo
la peritonite
Mi hanno
asportato

la cistifellea

Confessione raccolta da **Maria Cristina Giongo** - Foto di Roberto Guberti

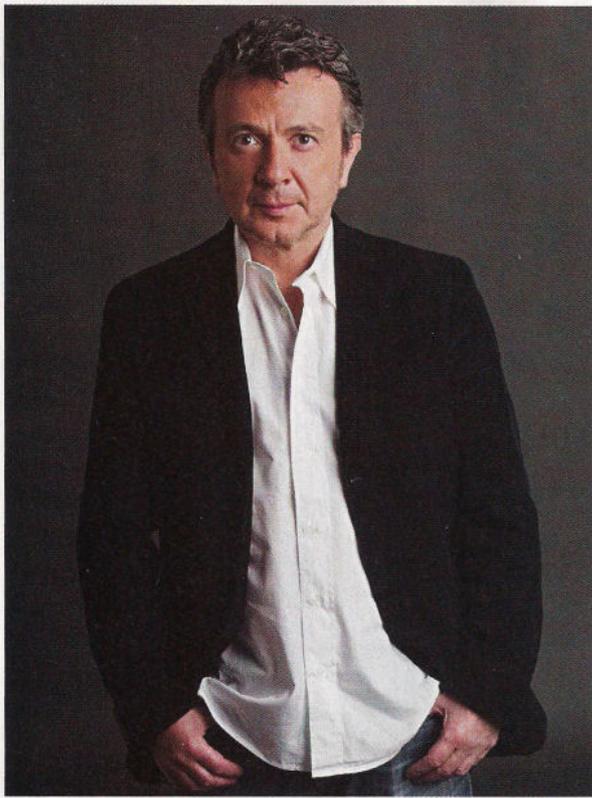
A close-up portrait of Enzo Ghinazzi, a middle-aged man with dark, wavy hair and a light beard. He is wearing a white dress shirt and a dark suit jacket. He is looking directly at the camera with a serious expression. The background is dark and out of focus.

CANTAUTORE e conduttore televisivo di programmi di successo come *I raccomandati*, Pupo si chiama all'anagrafe Enzo Ghinazzi e ha 57 anni. Padre di tre figlie e già tre volte nonno, ha pubblicato l'autobiografia *Banco solo!* sulla sua passione per il gioco d'azzardo che in passato gli ha portato non pochi problemi. È tra i fondatori della Nazionale cantanti.

Un anno fa ho rischiato la vita. Avevo appena terminato il programma *Attenti a quei due*, su Raiuno. Sinò a quel momento ero sempre stato bene. Sano come un pesce. A parte un incidente con il motorino quando avevo 14 anni, con conseguente frattura della clavicola destra e del ginocchio sinistro. Ma questa volta l'ho vista brutta per via di una colecistite acuta che stava per procurarmi una peritonite.

Era da tempo che accusavo dei forti dolori allo stomaco. Nelle ore notturne aumentavano di intensità. Mi avevano sottoposto a vari esami clinici e a una gastroscopia, con biopsia, da cui era emersa solo un'intolleranza al glutine. Seguivo una dieta per celiaci e non mi preoccupavo molto, visto che i mal di pancia passavano presto, di solito dopo un'ora.

Ma quella brutta notte del gennaio 2012 la sofferenza non accennava a finire e avevo superato la soglia della sopportazione. Erano le quattro del mattino quando decisi di prendere la mia automobile e di andare al Pronto soccorso da solo. Non



Colecistite acuta: come si riconosce e come si interviene



Focus a cura di Fabrizio Magnolfi, il medico che ha assistito Pupo, primario dell'unità di gastroenterologia ed endoscopia digestiva dell'ospedale San Donato di Arezzo

volevo arrivarci in ambulanza. Durante il tragitto da casa all'ospedale di Arezzo confesso di aver pensato al peggio, per esempio a un tumore sfuggito ai precedenti controlli. In quel momento ho anche scoperto la mia forza non tanto fisica quanto interiore. Adesso so che, nonostante non mi fossi mai confrontato con malattie serie, saprei reagire in maniera costruttiva e combattiva se un giorno dovessero diagnosticarmene una.

Mi reputo un uomo dotato di una filosofia di vita salda. Questa mia affermazione potrebbe essere giudicata come un atto di presunzione, ma voglio solo dire che la considero alla base del mio coraggio, del mio vigore.

Tornando a quella fatidica notte, ricordo che arrivai all'ospedale in preda a dolori atroci. Mi tennero in osservazione fino all'arrivo del primario di gastroenterologia, il professor Fabrizio Magnolfi, il quale constatò una cistifellea (ho scoperto che si chiama anche colecisti) gravemente compromessa. In pratica, **avevo un calcolo alla colecisti che mi aveva causato alle lunghe un'inflammatione, pronta a provocare una peritonite e a mandarmi all'altro mondo**. In famiglia non andiamo molto d'accordo con la cistifellea, l'hanno tolta anche a mia madre. Sembra quasi che vogliamo liberarcene al più presto! In effetti possiamo vivere benone anche senza.

Sono stato operato d'urgenza dal chirurgo Fabio Sbrana, che (nonostante il cognome magari poco adatto a uno che maneggia il bisturi) è bravissimo, ora svolge la sua professione a Chicago. Dopo l'intervento sono dimagrito dieci chili, grazie a una dieta sana che seguo tuttora.

Ecco, sono contento di essere corso subito in ospedale quando stavo così male, perché se non mi avessero operato in tempo per me attendere sarebbe stato fatale. E non sarei qui a raccontarvi questa storia. Il mio consiglio è di seguire il mio esempio: se non state bene fatevi visitare subito, senza indugi, fatevi controllare. Non pensate di fare la figura dell'ipocondriaco. Termina con un nostro detto popolare toscano: «Meglio aver paura che buscarne». Nel senso che è meglio correre dal medico per niente o per poco, piuttosto che poi stare peggio. Molto peggio!

Pupo

La colecistite acuta di cui ha sofferto Pupo è un'inflammatione delle pareti della colecisti (o cistifellea), il piccolo sacco in cui si deposita la bile, utile per la digestione dei grassi.

● **Le cause:** nel 90% dei casi, compreso quello di Pupo, è una complicità della litiasi biliare o calcolosi, un disturbo che colpisce tra il 10 e il 15% degli italiani. I calcoli possono incunearsi in uno dei dotti e ostruire il deflusso della bile che, ristagnando (colestasi o stasi biliare), infiamma la colecisti.

● **Isintomi.** L'attacco di colecistite acuta si manifesta con dolore lancinante e prolungato, in genere nella parte alta e destra dell'addome e/o nella parte centro-superiore, estendendosi verso la schiena. Si possono spesso verificare anche inappetenza, nausea, vomito e febbre. L'intensità del male non si correla necessariamente alla gravità della colecistite. In questo senso, in genere un sintomo più significativo è la febbre, bassa nelle forme lievi e sopra i 38 °C nelle forme necrotiche o purulente.

● **La diagnosi:** la palpazione dell'addome è il primo strumento per formularla. Il medico pratica la manovra di Murphy: con la mano destra appoggiata a piatto sul quadrante superiore destro dell'addome viene compresso il punto colecistico (sotto la decima costola) mentre il paziente ispira profondamente. Se è presente una colecistite, la manovra renderà il dolore più acuto, e il paziente smetterà bruscamente di inspirare. Le conferme arrivano anche dall'ecografia e dagli esami del sangue, per verificare l'aumento dei globuli bianchi e della Pcr (proteina C-reattiva).

● **Le complicanze:** fra le più comuni, l'ascesso epatico e la perforazione del peritoneo (la membrana che riveste l'intestino), con conseguente peritonite biliare, che si temeva per Pupo.

● **Le terapie.** In caso di attacco acuto, è meglio correre al Pronto

soccorso, come ha fatto il cantante. In qualche caso, si tenta una cura a base di analgesici e antinfiammatori. Importanti gli antibiotici, per evitare che l'inflammatione dia luogo a un'infezione. Più spesso si procede con l'intervento per asportare la cistifellea. La colecistectomia, in anestesia generale, può essere eseguita con la tecnica classica o, meglio, con quella laparoscopica, che si fa praticando tre o quattro piccoli tagli (di 0,5-1 centimetro) nell'addome e che richiede una degenza in ospedale di due-tre giorni (contro gli 8-10 della tecnica ad addome aperto).

● **La vita senza cistifellea?** Il corpo si adatta: la bile passa direttamente dal fegato al duodeno (il primo tratto dell'intestino), continuando a svolgere la sua funzione digestiva dei grassi. Bisogna seguire un'alimentazione sana ed equilibrata, come Pupo: è bene evitare o limitare i fritti, le uova, le carni o i formaggi troppo grassi, preferire latte parzialmente scremato e yogurt magro, consumare almeno un paio di porzioni di verdura al giorno. Nelle prime settimane dopo la colecistectomia la dieta deve essere ipocalorica e ipolipidica. I cibi più grassi saranno reintrodotti con moderazione, a seconda della reazione del paziente (la tollerabilità è soggettiva). Seguire un'alimentazione corretta è fondamentale anche se la colecistite è stata curata solo per via farmacologica. In questo caso, importante è la regola dei cinque piccoli pasti: è essenziale non saltare la colazione, il pranzo, la cena, gli spuntini a metà mattina e a metà pomeriggio e mangiare a intervalli regolari. In questo modo si potrà mantenere la colecisti attiva, evitando che la bile ristagni e che si possano formare i calcoli.



Puoi scrivere all'autore del focus **Fabrizio Magnolfi** (fabrizio.magnolfi@ok.rcs.it), riceverai una risposta privata via mail.



**Il consiglio
di Pupo per te**

★ Se non stai bene
corri dal medico,
meglio aver paura
che buscarne...