

CAM NEWS

più SERVIZI *più* COMFORT *più* SALUTE

N.12 | MARZO 2017

PERIODICO DI INFORMAZIONE A CURA DEL CENTRO ANALISI MONZA | COPIA GRATUITA



La prevenzione
e il benessere
sono parte
del nostro DNA

BENVENUTI NEL FUTURO DELLA MEDICINA

Benvenuti in questo luogo di salute, tra medici, infermieri, operatori sanitari, impiegati, manager e non, che, lavorando ogni giorno per offrire i più efficaci strumenti di diagnosi al più vasto pubblico possibile, hanno saputo rendere accessibile oggi a tutti i pazienti la medicina del futuro.

Dall'inizio del 2017, a Monza come in tutte le centinaia di sedi in Italia, Synlab offre l'opportunità di avvalersi di possibilità diagnostiche, ma soprattutto predittive e preventive, che solo pochi anni fa erano considerate unicamente coraggiose ipotesi scientifiche. Grazie al continuo sviluppo del network, sono entrate in azienda nuove competenze e risorse altamente specializzate nel campo della Genetica. Questo arricchimento segna una tappa storica nell'evoluzione dell'offerta a medici, pazienti e "non pazienti" degli strumenti necessari per "prendere in carico" la propria salute e migliorarne il controllo. Sempre più, infatti, la nostra missione è quella di (empower) **dare il potere alle persone sane di essere loro stesse "costruttrici della propria salute"**. Conoscendo in anticipo, sulla base del proprio bagaglio genetico ma anche degli stili di vita, la propria personale predisposizione ai diversi rischi di patologie, ma anche al modo in cui vengono metabolizzate e utilizzate le sostanze che ingeriamo oppure alla suscettibilità dell'organismo e della pelle nei confronti dei fattori esterni, possiamo attivarci di conseguenza con le più efficaci strategie preventive.

La prevenzione e il benessere sono parte del nostro DNA.

in questo numero

- › DISTURBI RESPIRATORI DEL SONNO
- › CAMMINO A FAR LA SPESA
- › GENETICA PREDITTIVA
- › FERTILITÀ DI COPPIA
- › AMBULATORIO DI PSICHIATRIA
- › I "TÈ DELLA SALUTE"
- › 8 MARZO: ABBIAMO A CUORE IL CUORE DELLE DONNE
- › ED È SUBITO CALMA

DISTURBI RESPIRATORI DEL SONNO

VENERDÌ 17 MARZO

GIORNATA MONDIALE DEL SONNO

più SALUTE



CAUSE

Sovrappeso, ostruzione nasale, malformazioni mandibolari, anomalie oro-faringee.



SINTOMI ED EFFETTI

Sintomi: Russamento notturno associato ad apnee/ipopnee.

Effetti: Queste transitorie ostruzioni delle vie aeree superiori comportano una riduzione dei valori di ossigeno nel sangue circolante, con possibili ripercussioni sulla circolazione cardiaca e cerebrale, microrisvegli notturni che, sebbene non percepiti dal paziente, frammentano il sonno causando stanchezza diurna, cali dell'attenzione e della capacità lavorativa, cefalea, depressione, ridotto desiderio sessuale.



VISITA SPECIALISTICA E DIAGNOSI

Durante la visita il paziente è inquadrato dallo specialista, che verifica la presenza di patologie respiratorie, avvalendosi, se necessario, delle seguenti diagnostiche:

- Polisonnografia
- Fibrolaringoscopia

Il nostro servizio prevede una prima Visita Specialistica con esami diagnostici, se necessari; una valutazione degli esami eseguiti da parte di una équipe di medici specialisti. L'équipe consiglierà al paziente gli adeguati trattamenti e terapie.

Per valutare la tua probabilità di avere apnee notturne ritira e compila il questionario **STOP-BANG** presso l'accettazione. È un **test auto-valutativo** e in pochi minuti potrai scoprire se sei un soggetto ad alto rischio di avere apnee notturne.

Per prenotazioni e maggiori informazioni:

tel. 039 2397.468 - prenotazioni.monza@synlab.it

Russare è un disturbo comune, che colpisce a tutte le età. Quando è associato alla Sindrome delle Apnee Ostruttive nel Sonno (OSAS), cioè un'interruzione transitoria della respirazione dovuta alla chiusura delle vie aeree superiori (fosse nasali, orofaringee, ipofaringee o laringee), russare diventa una **malattia che necessita di cura**. Secondo gli studi più recenti, è una patologia molto frequente: il 23% delle donne e il 50% degli uomini può presentare apnee ostruttive durante il sonno. Dormire bene è fondamentale per la salute, poiché è dimostrato che i disturbi del sonno sono correlati con patologie cardiovascolari, metaboliche e neurologiche, con instabilità emotiva e depressione. Presso l'ambulatorio per i disturbi respiratori del sonno CAM è **possibile diagnosticare e curare questa patologia con il vantaggio della co-presenza** di numerosi specialisti in una squadra coordinata, evitando così dispendiosi rinvii.

TRATTAMENTO E CURA



Le opzioni di trattamento variano in base ai bisogni specifici rilevati nella fase diagnostica. Nell'ambito dell'ambulatorio OSAS del CAM, la terapia del russamento si compone di un insieme di cure mediche e chirurgiche che vengono effettuate da vari specialisti, coordinati tra loro all'interno di un team multidisciplinare. La struttura, grazie anche al reparto di Day Surgery, consente l'esecuzione di tutte le terapie potenzialmente necessarie.

- Dieta
- Dispositivi orali
- Terapia ventilatoria (CPAP)
- Roncochirurgia

Chi soffre di apnee notturne può essere soggetto a colpi di sonno durante la guida: gli specialisti dell'ambulatorio CAM sapranno orientarti anche su questa tematica.



DA OGGI CAM SYNLAB PARTNER DI EDENRED

Grazie a questa nuova collaborazione, i dipendenti di aziende che hanno scelto il sistema **Ticket Welfare di Edenred** possono accedere ai servizi CAM e Synlab con una copertura diretta e a condizioni agevolate.

La soluzione perfetta per offrire servizi di welfare ai propri dipendenti.

I VANTAGGI PER L'AZIENDA:

- Fiscalità agevolata
- Incremento della produttività
- Incentivazione dei dipendenti

I VANTAGGI PER I DIPENDENTI:

- Aumento del potere d'acquisto
- Miglioramento del work life balance
- Accesso a beni e servizi prioritari

www.edenred.it

CORSO ECM APNEE OSTRUTTIVE NEL SONNO

Durante l'incontro, dedicato ai medici, **sabato 20 Maggio** un team di esperti approfondirà le novità diagnostiche e terapeutiche relative alla tematica della **Sindrome delle Apnee Ostruttive nel Sonno (OSAS)**.

Per maggiori informazioni:

tel. 039 2397.450

sara.casati@synlab.it

CAMMINO A FAR LA SPESA

Torna CAMMino: il protagonista del Progetto FitFoodness CAMKids che vede coinvolte per il terzo anno consecutivo le scuole De Amicis, Raiberti e Rubinowicz di Monza.

Quest'anno, durante i mesi di marzo e aprile, gli alunni sono protagonisti di un percorso extra scolastico presso le sedi territoriali de Il Gigante e Coop, che hanno sposato pienamente la filosofia del progetto.

I bambini, accompagnati da una nutrizionista, visiteranno i reparti e le produzioni alimentari dei supermercati alla scoperta di un percorso mirato a **sviluppare in loro una maggiore consapevolezza alimentare**, imparando a leggere le etichette degli alimenti,

apprendendo le nozioni basilari legate alla stagionalità dei prodotti, scoprendo i

metodi di conservazione tradizionali e naturali e imparando a conoscere micro e macronutrienti.

Queste uscite didattiche rappresentano una nuova esperienza che va ad aggiungersi a quelle già attive dagli scorsi anni presso un laboratorio artigianale di gelateria e nelle cucine di un ristorante prestigioso, e a completare la proposta per il 2017 che prevede attività in aula per "imparare giocando".

L'obiettivo principale del progetto FitFoodness CAMKids è mostrare ai bambini i tanti aspetti del mangiare e del muoversi in salute, educandoli verso un corretto stile di vita per il loro bene futuro.



FERTILITÀ DI COPPIA

Una coppia che dopo un anno di rapporti regolari e non protetti non riesce a concepire è in genere considerata infertile. Non bisogna dimenticare, però, che una non trascurabile percentuale di coppie riesce ad avere un figlio dopo due anni di tentativi, per cui molti preferiscono parlare di infertilità dopo 24 mesi (secondo i criteri della Organizzazione Mondiale della Sanità).

Si parla di infertilità secondaria se una coppia ha già avuto figli ma non riesce ad averne altri.

Complessivamente, l'infertilità riguarda circa il 20 - 30% delle coppie. Le cause dell'infertilità sono numerose e di diversa natura.

Per alcune di esse, si può intervenire con diagnosi tempestive, cure farmacologiche e terapie adeguate, ma anche e, soprattutto, con la prevenzione e l'informazione. Per altre, è necessario ricorrere alla procreazione medicalmente assistita. La sterilità in senso proprio riguarda le coppie affette da una precisa patologia irreversibile o che restano infertili anche dopo un iter diagnostico e terapeutico esauriente e svolto in un tempo ragionevole.

Gli Specialisti CAM attivi nell'ambula-



torio per la fertilità prendono in carico la coppia nella fase diagnostica, con lo scopo di orientare ed eventualmente accompagnare i pazienti nel delicato percorso successivo, perché acquisiscano le risorse (informativa e sanitarie) necessarie per gestire la propria ricerca di un figlio.

Presso la struttura è possibile eseguire tutti gli step previsti dall'iter diagnostico di infertilità.

Per prenotazioni e maggiori informazioni:

tel. 039 2397.468

prenotazioni.monza@synlab.it

La prevenzione e il benessere sono parte del nostro DNA

Scopri i nuovi test di genetica predittiva dedicati a:

NUTRIZIONE

ESTETICA

SPORT

Basta un semplice bastoncino di ovatta passato nella bocca



Test Intolleranza genetica al Lattosio

Test di predisposizione alla malattia Celiaca



I test sono disponibili presso tutti i punti prelievo: www.synlab.it

SYNLAB
GENETICLAB

AMBULATORIO DI PSICHIATRIA

A supporto del medico specialista e di famiglia, da gennaio 2017 è attivo presso il CAM un ambulatorio di Psichiatria gestito dal professor Emilio Sacchetti, ordinario di Psichiatria all'Università degli Studi di Brescia.

Già Direttore della Clinica Psichiatrica della medesima Università, il professor Sacchetti è Past President della Società Italiana di Psichiatria e autore di oltre 300 pubblicazioni scientifiche.

Tali prestigiose qualifiche consentono di offrire, con questo nuovo servizio, la copertura di molte aree della **psichiatria clinica**, della **psicofarmacologia** e della **biologia psichiatrica**, con particolare riferimento ai **disturbi dell'umore**, ai **disturbi d'ansia** e alla **schizofrenia**.

Per prenotazioni e maggiori informazioni:

tel. 039 2397.1

info.monza@synlab.it

Seguici su facebook

Clicca "Mi piace" per rimanere sempre aggiornato con notizie, informazioni ed eventi dal mondo della Salute CAM.

TORNANO I "TÈ DELLA SALUTE" IN COMPAGNIA DEGLI SPECIALISTI DI CAMLEI

Sono aperte le iscrizioni agli incontri dedicati alla "gender medicine" assaporata davanti a un tè

"Morfeo capriccioso: sonno e ritmi femminili", "Intestino regolatore di benessere" e infine "Donna e tono dell'umore nella giostra della vita": sono questi i prossimi Tè della salute, gli appuntamenti che andranno in scena a Monza presso il CAMLei, il primo centro medico dedicato al Benessere e alla Salute della Donna in ogni fase della sua vita.

Gli incontri si distinguono per essere colloquiali, a numero ristretto, davanti a un tè, e consentire così approfondimenti su tematiche di salute femminile, a volte considerate tabù, nel comfort di un ambiente protetto.

Dopo il successo degli appuntamenti del 2016, che hanno sempre registrato il sold out, tornano gli incontri dedicati all'universo femminile e aperti a tutte le donne monzesi e dell'hinterland.

Gli incontri si terranno presso CAMLei
Via Martiri delle Foibe, 7 a Monza.

Lunedì 20 Marzo
**MORFEO CAPRICCIOSO:
SONNO E RITMI FEMMINILI**



Lunedì 22 Maggio
**DONNA E TONO DELL'UMORE
NELLA GIOSTRA DELLA VITA**



Martedì 11 Aprile
**INTESTINO REGOLATORE
DI BENESSERE**



La partecipazione è gratuita,
ma è necessario iscriversi presso la
Segreteria Organizzativa:
Sig.ra Sara Casati
tel. 039 2397.450
sara.casati@synlab.it



8 MARZO: ABBIAMO A CUORE IL CUORE DELLE DONNE

CAM NEWS
N.12 - MARZO 2017

Pubblicazione periodica
Direttore sanitario CAM:
dr. Alberto Angelini

Progetto grafico:
Publitrust Monza (MB)

SYNLAB



CAM

CENTRO ANALISI MONZA

Viale Elvezia, ang. via Martiri delle Foibe
20900 Monza (MB)
Tel. 039 2397.1
Email: info.monza@synlab.it
www.cam-monza.com

Per sensibilizzare le Donne sull'importanza di valutare il proprio rischio cardiovascolare (che spesso, contrariamente al luogo comune, è maggiore tra la popolazione femminile che non tra gli uomini), in occasione della Festa della Donna, CAMLei ha proposto una **campagna di prevenzione cardiologica**

femminile. La giornata prevede una valutazione approfondita del rischio cardiovascolare da parte di un medico donna specialista in Cardiologia, che inquadra ogni paziente con una visita clinica, un elettrocardiogramma e un'analisi del rischio.

ED È SUBITO CALMA

Riprendi il controllo della tua mente

Lunedì 6 marzo alle ore 19 presso l'Auditorium CAM-Synlab di Viale Elvezia viene presentato il corso su come vincere ansia, panico e stress e ritrovare il proprio equilibrio. Durante la serata un "assaggio" degli effetti del workshop, con una distensiva esperienza di rilassamento e autoipnosi per il benessere del corpo e della mente.

Il corso si svolge in due sabati mattina e permetterà di apprendere come **assumere il controllo della mente, riequilibrando in modo rapido il proprio stato mentale, fisico, emotivo e relazionale.**
Docente: dottoressa Enrica Des Dorides, psicologa e psicoterapeuta, esperta in

ipnosi, terapia cognitivo-comportamentale, EMDR e tecniche di benessere.

La partecipazione alla serata è gratuita, il corso a pagamento.

Per iscriversi: tel. 039 2397.450
sara.casati@synlab.it

