

Prevenzione specifica dell'insufficienza venosa

L'Infermiere collabora anche all'attività di prevenzione, focalizzandosi sui fattori di rischio.

- A. Riposo con fondo del letto sollevato 10-15cm e/o sollevare le gambe 10-15' (specialmente a fine giornata)
- B. Evitare posizione in piedi /seduta prolungata; se non è possibile muoversi, flettere talloni e piedi
- C. Evitare di indossare indumenti eccessivamente stretti (ostacolano la circolazione)
- D. Esercizio fisico: passeggiate quotidiane di 30-40', o esercizi semplici per stimolare la circolazione
- E. Fumo: astensione
- F. Dieta sana (limitare zuccheri, grassi saturi, colesterolo), evitando sovrappeso/obesità
- G. Evitare ambienti troppo caldi (es. saune), per l'eccessiva dilatazione dei vasi sanguigni
- H. Controllo della pressione arteriosa (specie ipertensione)
- I. Confronto con Medico di Medicina Generale qualora si ravveda la necessità in seguito al riscontro dei segni/sintomi citati

Questi fattori di rischio di degenerazione vascolare possono essere causa di occlusioni, cedimenti o ispessimenti delle pareti dei vasi sanguigni.



NO

SMOKING

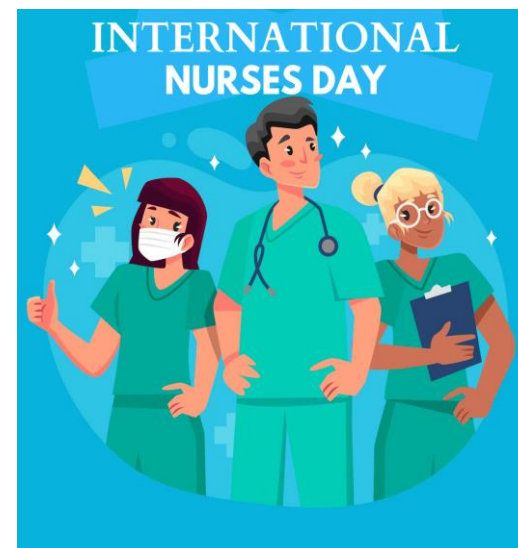


SC Chirurgia Vascolare
P.zza Donatore di Sangue, 3 – Torino

Tel.: 011.240 2378 / 2141 / 2142



Azienda Sanitaria Locale
«Città di Torino»
Regione Piemonte



Giornata Internazionale
dell'Infermiere
10/05/2026

«Prevenzione
delle malattie vascolari
degli arti inferiori:
il ruolo Infermieristico»

Ospedale San Giovanni Bosco
SC Chirurgia Vascolare

Patologie vascolari degli arti inferiori

Per *patologie vascolari* si intendono quelle malattie che interessano i vasi sanguigni (arterie, vene) e/o i vasi linfatici. Tra le principali malattie che coinvolgono gli arti inferiori vi sono: le arteriopatie periferiche e le arteriopatie ostruttive croniche periferiche (ridotto afflusso di sangue alle arterie degli arti), l'insufficienza venosa (difficoltà del sangue nel ritornare al cuore), trombosi venosa profonda (formazione di coaguli di sangue in vene profonde), le ulcere vascolari (lesioni causate da funzioni venose compromesse), le vene varicose (varici =dilatazioni permanente di vene).

Segni e sintomi principali

In base alla patologia riscontrata, è possibile osservare i seguenti segni/sintomi.

- Formicolio e intorpidimento dell'arto colpito, eventualmente anche i piedi
- Sensazione di pesantezza
- Debolezza, stanchezza
- Gonfiore alle caviglie
- Crampi
- Variazioni di colore della pelle
- Variazioni di temperatura cutanea
- Dolore
- Comparsa di ulcere
- Comparsa di varici
- Debolezza/Assenza del polso periferico

SITI DI RILEVAMENTO DEL POLSO



POLSO CAROTIDEO



POLSO BRACHIALE



POLSO RADIALE



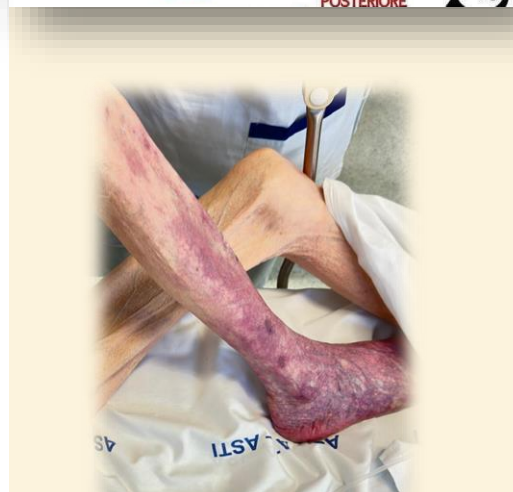
POLSO FEMORALE



POLSO PEDIDIO



POLSO TIBIALE POSTERIORE



Esempio segni/sintomi



Esempio vene varicose

Il ruolo dell'Infermiere

Presso la S.C. Chirurgia Vascolare dell'Ospedale San Giovanni Bosco di Torino, l'Infermiere, oltre a prendersi cura dei pazienti durante il periodo di degenza, svolge anche attività di educazione nei confronti di assistiti/caregiver volta all'identificazione dei segni/sintomi delle malattie vascolari.

Riconoscimento segni/sintomi

Ecco come è possibile riconoscere in autonomia alcuni dei segni/sintomi principali.

- ✓ Rilevare le pulsazioni nei siti indicati (vedi immagine a sinistra), identificando la loro presenza/assenza e regolarità
- ✓ Attraverso il tocco, rilevare la temperatura (se aumentata o diminuita), per rilevare discrepanze tra i due arti
- ✓ Attraverso l'osservazione visiva, rilevare il colorito cutaneo, l'eventuale presenza di cute lucida e/o sottile (segno di sofferenza), macchie cutanee
- ✓ Identificare l'eventuale presenza di dolore definendone l'entità su una scala da 1 a 10 (1-3 = dolore lieve; 4- 6 = dolore moderato; 7-10= dolore grave).
- ✓ Identificare la sensazione di arti pesanti/stanchi - formicolii - crampi, definendo in quale momento della giornata appaiono.
- ✓ Ispezionare gli arti per identificare l'eventuale presenza di capillari evidenti e/o vene varicose