

(Adnkronos/Adnkronos Salute) - Come sempre, il primo passo verso la cura piu' adatta e' "una diagnosi corretta dei sintomi per evitare valutazioni frettolose e fuorvianti", sottolineano gli esperti del Policlinico di San Donato Milanese. Se infatti "i disordini di intolleranza ortostatica nei giovani possono essere causati da altri fattori come stati d'ansia, ipovolemia" ossia diminuzione del volume di sangue circolante e "sedentarieta', e possono essere curati e risolti in maniera piu' semplice, l'ipotensione ortostatica negli anziani puo' spesso essere correlata a un eccesso di farmaci (soprattutto quelli contro la pressione alta) o essere associata ad altre patologie".

Le varie terapie sono state descritte durante il convegno milanese da Paola Sandroni, professore di neurologia al College of Medicine Mayo Clinic di Rochester nel Minnesota, Usa: "Per le forme di intolleranza ortostatica piu' lievi puo' essere sufficiente rimuovere eventuali fattori responsabili della sintomatologia (ad esempio farmaci) e utilizzare semplici accorgimenti pratici. Ad esempio aumentare l'assunzione di sale e fluidi nella dieta e assumere piccoli e frequenti pasti", oppure "evitare di restare a lungo immobili in posizione verticale e mantenere elevata la testa in posizione supina per non essere mai completamente orizzontali".

Inoltre, raccomanda la specialista, "e' bene curare la forma fisica con un quotidiano esercizio, e nella vita di tutti i giorni non esporsi a temperature troppo elevate ed evitare di utilizzare indumenti eccessivamente stretti". (segue)