PREPARAZIONE DELLA VISITA GASTROENTEROLOGICA



La cura/visita gastroenterologica, passa attraverso i sensi, non solo con visione **ESO** (Empatia, Solidarietà, visione Olistica).

La vista, il "primo contatto",**l'ascolto** e quindi **l'udito**, il **secondo passaggio**; **il tatto/contatto fisico** rappresenta il **terzo passo.**

Senza dimenticare l'importanza delle peculiarità, a volte determinanti dell'**odorato/olfatto**.
La Gastroenterologia è quella branca medica che si occupa dello studio e della cura delle patologie a carico dello esofago/stomaco, dell'intestino, del fegato e del pancreas, e in più in generale di tutto l'apparato digerente.

La valutazione olistica del paziente, le integrazioni tra organi e patologie (medicina integrata), il rapporto tra i tre cervelli (cervello-intestino-cuore), il tutto in una intesa medico-paziente fortemente basata sull'empatia, richiamando l'acronimo ESO.

La salute è il risultato dell'armonia tra sistemi diversi, che comunicano e funzionano in sinergia (vedi colon-colonna; postura-apparato digerente; cervello-intestino-cuore; malattie reumatiche-fibromialgia-artrite reumatoide patologie gastro-intestinali; malattie neurologiche-malattie neurodegenerative-demenze-Brain Fog, microbiota con asse intestino cervello…).

Integrata in un'ottica preventivologica con educazione alimentare, correzione dello stile di vita, regolarizzazione dell'alvo, attività fisica, lotta al tabagismo, vita nella natura, nell'ambiente e nelle biodiversità.

La Gastroenterologia ha ambiti di competenze particolarmente vasti, in quanto le problematiche e le patologie a carico dell'apparato digerente, soprattutto negli ultimi 50 anni e grazie alle recenti scoperte scientifiche, risultano essere sempre più numerose e con specifiche peculiarità.
Di conseguenza il Paziente si rivolge allo specialista gastroenterologo per un numero molto ampio di problematiche.

Da una banale influenza intestinale/gastroenterite, sino a situazioni più delicate quali **Reflusso Gastro-Esofageo, Gastrite, Ulcera, Stipsi, Diarrea, Gonfiore Addominale, Cancro, Malattie Infiammatorie Intestinali** etc.
Senza escludere tutte le **connessioni gastroenterologiche con le malattie di altri organi ed apparati** (malattie neurodegenerative, colonna, postura…).
Particolare attenzione viene posta alla **nutrizione clinica** e alla **educazione alimentare**, fondamentali in un approccio integrato gastroenterologico.

Come viene eseguita una visita gastroenterologica?

La visita gastroenterologica ha lo scopo di definire il quadro clinico del paziente per quanto riguarda l'apparato digerente, ma non solo.
Consiste in una attenta valutazione addominale, condotta in maniera olistica, senza sottovalutare la situazione di altri organi e apparati (vedi il cuore, polmoni, cavo orale etc).

Una visita gastroenterologica si svolge in vari step:

1. prima di tutto lo specialista raccoglierà con scrupolo tutte le informazioni circa la storia clinica del paziente;
2. valutazione della documentazione prodotto dal paziente;
3. successivamente verrà eseguita una valutazione delle problematiche gastroenterologiche in senso stresso, che possono riguardare l'intero apparato digerente e le interconnessioni con gli altri organi e apparati (dell'esofago, dello stomaco, dell'intestino tenue, del colon, del retto, del canale anale, del pancreas, del fegato, della cistifellea e delle vie biliari o delle vie respiratorie);
4. tali valutazioni avverranno anche con un esame obiettivo del paziente, tramite ad esempio palpazione, percussione, auscultazione diretta della parete addominale;

Lo specialista nel corso della visita terrà in debita considerazione l'esistenza di familiarità ad eventuali patologie gastroenterologiche da parte del paziente, lo stile di vita adottato, la sintomatologia riferita, le eventuali malattie già note associate a terapie già in atto.

Al termine della visita specialistica, verrà formulato un parere concernente il quesito clinico oggetto della visita. La valutazione gastroenterologica può esaurirsi con la prescrizione di una terapia o la richiesta di accertamenti specialistici, come ad esempio endoscopie o radiografie.

Come prepararsi alla visita gastroenterologica

Per eseguire la visita non è necessaria nessuna particolare preparazione. Nel corso della prima visita infatti, si raccolgono principalmente tutti i dati clinici conoscitivi del paziente e non verranno eseguiti esami strumentali o diagnostici di nessun tipo.
Se già in possesso, sarebbe opportuno per il paziente portare con se tutta la documentazione medica pregressa.



N.B. Il fumo è sconsigliato in generale.
E' suggerito di non fumare nelle ore precedenti all'esame.

Cosa Mangiare Prima di una visita gastroenterologica

Quando si deve affrontare una visita gastroenterologica, è importante seguire alcune linee guida alimentari per garantire una valutazione accurata del tratto digestivo. La dieta da seguire dipende dal tipo di visita o esame diagnostico che si deve effettuare, come una gastroscopia, una colonscopia o una semplice visita di controllo.

Regole Generali per l'Alimentazione Pre-Visita

Indipendentemente dal tipo di esame, è consigliabile:

Evitare cibi pesanti e difficili da digerire: fritti, cibi ricchi di grassi, spezie piccanti.
Limitare il consumo di fibre: soprattutto nel caso di colonscopia, per evitare residui intestinali.
Bere molta acqua: per mantenere un'adeguata idratazione e favorire la pulizia intestinale.
Evitare alcol e bevande gassate e caffè: possono irritare la mucosa gastrica e intestinale.

Cosa Mangiare in Base al Tipo di Visita

1.**Prima di una Visita di Controllo Gastroenterologica**
Se non sono previsti esami diagnostici invasivi, è possibile mangiare normalmente, privilegiando pasti leggeri e facilmente digeribili.
Alcuni esempi di alimenti consigliati includono:

Riso bianco o pasta semplice
Pollo o pesce alla griglia
Verdure cotte e ben tollerate
Yogurt bianco naturale

2.**Prima di una Gastroscopia**
La gastroscopia richiede uno **stomaco vuoto** per garantire un'analisi chiara della mucosa gastrica. Le regole principali sono:
Digiuno di almeno 6-8 ore prima dell'esame
Bere solo acqua fino a 2-3 ore prima dell'esame
Evitare latte, caffè e succhi di frutta prima della procedura

Quali esami possono essere richiesti dopo la visita gastroenterologica?

Nel corso della visita , il medico potrà richiedere di eseguire successivamente degli accertamenti diagnostici. I principali esami richiesti sono:

- •Esami endoscopici quali la **Gastroscopia**, la Colonscopia, Colonscopia Virtuale, Videocapsula Endoscopica, rettoscopia ecc…(per ulteriori informazioni visita la sezione dedicata agli esami)
- •Esami di laboratorio quali esame del sangue, esame delle urine, esame delle feci.

- •Radiografie e TAC
- •Ecografie

Tutte le richieste di approfondimento avanzate nel corso della visita, risulteranno indispensabili allo specialista per avere un quadro clinico quanto più chiaro e corrispondente alla realtà.
Grazie agli esiti degli esami, sarà possibile stilare un preciso e corretto percorso terapeutico utile per la risoluzione o la gestione della patologia in atto.

Quanto dura una visita gastroenterologica

Durata media di circa 40 minuti

I tempi possono essere differenti da paziente a paziente.
Generalmente una visita gastroenterologica ha una durata media di circa 40 minuti, ma ci sono situazioni in cui essa può durare anche più di un’ora.
E’ bene quindi non arrivare nel giorno della visita con poco tempo a disposizione in quanto è opportuno che lo specialista abbia tutto il tempo necessario per eseguire tutte le valutazioni del caso.

Prof. Ercole De Masi
Gastroenterologia
Endoscopia Digestiva
Educazione Alimentare