



**A.T.E.C.**  
ONLUS  
**Luigi Ionà**

Associazione Trapiantati Epatici Calabria

L' A.T.E.C. Onlus "Luigi Ionà" è sorta per:

OFFRIRE supporto e informazioni a coloro che hanno subito un trapianto, a quanti sono in lista d'attesa e ai propri familiari

PROMUOVERE il rafforzamento della solidarietà umana

DETERMINARE nei cittadini la coscienza dell'utilità della donazione degli organi a favore di chi necessita di un trapianto

COLTIVARE i rapporti con gli Enti scientifici atti ad effettuare il trapianto

#### **Quali le sue finalità?**

CONTRIBUIRE ad una migliore informazione sulla condizione umana delle persone che attendono dalla donazione di un organo la possibilità di sopravvivere e di essere reintegrate nella comunità.

SENSIBILIZZARE l'opinione pubblica sui problemi morali e scientifici connessi ai trapianti di organi umani, nel rispetto delle leggi vigenti.

STIMOLARE gli Enti preposti alla educazione e alla prevenzione sanitaria.

PROMUOVERE la prevenzione e la gestione delle malattie del fegato

#### **IL PRESIDENTE**

*Prof.ssa Marisa Lucchino*

A.T.E.C. onlus sede operativa: Via Gramsci, 62 - Pal. Davoli

Lamezia Terme - 88048 Sambiasi

Tel. e Fax 0968 437801 - cell. 339 7327184 - e-mail: [ateconlus@gmail.com](mailto:ateconlus@gmail.com)



**A.T.E.C.**  
ONLUS  
**Luigi Ionà**

Associazione Trapiantati Epatici Calabria

## *"Gino per sempre"*

*Presenta*

Dott. Gianfranco Manfredi

**Proiezione videofilmato in memoria di Gino Ionà**

*Saluti*

Prof.ssa Marisa Lucchino (Presidente A.T.E.C. Onlus **Luigi Ionà**)

Dott. Prof. Gerardo Mancuso (Direttore Generale ASP Catanzaro)

### **Malattie di fegato e trapianto**

*Relazioni*

L'internista di fronte al paziente con epatite: quali scelte oggi?

Dott. Prof. Giovanni Gasbarrini (Università Cattolica di Roma)

Attualità e prospettive del trapianto di fegato

Dott. Prof. Franco Filipponi (Centro Trapianti Fegato Università di Pisa)

*Testimonianze*

Dott.ssa Maurizia R. Brunetto (Azienda Ospedaliera Pisana)

Dott. Prof. Ferruccio Bonino (Università di Pisa)

Dott. Pietro Ciccorossi (Azienda Ospedaliera Pisana)

Dott. Lorenzo Antonio Surace (ASP di Catanzaro)

Dott. Rino Mancini (Centro Trapianti Regione Calabria)

Lamezia Terme Teatro Umberto - 1 Dicembre 2012 - ore 17.00



**A.T.E.C.**  
ONLUS  
Luigi Ionà

Associazione Trapiantati Epatici Calabria



## Occhio al tuo fegato

Campagna di informazione sulla prevenzione delle  
malattie epatiche e trapianto di fegato

ore 9.00 Centro Commerciale "Due Mari"  
loc. Comuni Condomini - Maida

Stand Informativo

Screening ematico ed ecografia per tutti



### Decalogo per un fegato sano

- 1. Mantieni delle corrette abitudini igieniche.** Fai attenzione allo stato di igiene di quello che mangi quando sei fuori casa e in viaggio. L'epatite A si trasmette infatti tramite alimenti infetti come frutti di mare, verdure e acqua. Stai attento a quando utilizzi forbicine e rasoi e altri strumenti appuntiti in comune con persone che non conosci: l'epatite B e C si trasmettono attraverso il sangue di un soggetto infetto. Avvertenza per tutti, ma soprattutto per i bambini: non toccare MAI aghi o siringhe abbandonate.
- 2. Una dieta sana ed equilibrata permette di mantenere il fegato sano.** Approfitta dell'estate per assumere frutta e verdura in abbondanza: sono fonte preziosa di vitamine (A e C), ferro, fibre e Riduci quanto puoi cibi grassi o fritti. Se hai una malattia del fegato NON assumere alcolici di nessun tipo. Il controllo del peso e dell'accumulo di grassi nell'organo permette di prevenire malattie epatiche talvolta evolutive.
- 3. Dieta equilibrata e controllo del peso corporeo.** Se stai facendo una drastica dieta dimagrante in vista della spiaggia, falla sotto controllo medico. Il controllo del peso corporeo e la limitazione all'assunzione di calorie (cibi grassi e carboidrati in eccesso) prevengono l'accumulo di grasso nel fegato (**steatosi**) che costituisce la base di una possibile malattia evolutiva dell'organo.
- 4. Consuma moderatamente vino e bevande alcoliche.** Un bicchiere di vino o birra a pasto non pone problemi - salvo restrizioni in caso di altre patologie e in particolari condizioni (vedi punto 2). Fai attenzione a non mischiare MAI alcolici e farmaci, può essere molto tossico per il fegato!
- 5. Stai attento ai farmaci che assumi.** Non abusare nell'uso dei farmaci e non eccedere nelle dosi indicate dal tuo medico o segnate sul foglietto illustrativo: tutti i farmaci passano attraverso il fegato e quantità in eccesso potrebbero essere dannose. Non mischiare MAI differenti farmaci.
- 6. Non assumere droghe di nessun tipo.** Le droghe sintetiche possono provocare danni permanenti al fegato a causa della loro elevata tossicità. Inoltre, se avviene uno scambio di siringhe è possibile contrarre l'epatite B e C o anche il virus dell'immunodeficienza umana (**HIV**) che può aggravare molte malattie di fegato. Fai attenzione a non mischiare MAI droghe e alcool: la loro combinazione può essere letale per il tuo fegato (e per te).
- 7. Fai attenzione quando fai piercing e tatuaggi.** Ricorda che moltissime infezioni si trasmettono quando piercing e tatuaggi vengono realizzati con strumenti non sterilizzati. Controlla che chi esegue il tatuaggio o il piercing utilizzi strumenti monouso e sterili, in un ambiente pulito e non improvvisato.
- 8. Evita rapporti sessuali a rischio non protetti.** Le malattie a trasmissione sessuale sono molte: tra queste è inclusa l'epatite B. Usa il profilattico nei rapporti a rischio.
- 9. Vaccinati contro l'epatite B e contro l'epatite A.** La vaccinazione contro il virus B è obbligatoria per i bambini: chi ha meno di 25 anni è già immunizzato, tutti gli altri, se non sono immunizzati, possono comunque effettuarla. Nel caso dell'epatite A, se non ci si è immunizzati spontaneamente, è opportuno vaccinarsi in occasione di viaggi in paesi esotici o di permanenza in aree endemiche.
- 10. Esegui controlli periodici del tuo sangue.** Tramite gli esami del sangue è possibile controllare il livello di alcune sostanze presenti nel sangue - gli **enzimi epatici** - che rivelano lo stato di salute del tuo fegato. I controlli aiutano a tenere monitorato lo stato di salute del fegato.