PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 4 - numero 510 di mercoledì 06 marzo 2002

Sicurezza e salute: alcune indicazioni per i viaggi aerei

Consigli utili ad evitare trombosi venose ed embolie polmonari in base a una ricerca giapponese.

In base a una ricerca condotta dai membri del servizio medico delle Japan Airlines di Tokio, durante i lunghi viaggi aerei è importante bere bibite con zuccheri e sale, per allontanare il rischio di trombosi venose ed embolie polmonari.

Questa l'indicazione fondamentale emersa da uno studio condotto su 40 volontari sani, durante le 9 ore di un volo intercontinentale, che nei due giorni precedenti la partenza avevano assunto pranzi e bevande standard.
Al momento della partenza i 40 volontari sono stati suddivisi in due gruppi: i componenti del primo hanno ricevuto solo acqua, i componenti del secondo liquidi contenenti carboidrati, sodio e potassio.

Dallo studio della viscosità del sangue effettuata in seguito ai prelievi di sangue ai quali i volontari sono stati sottoposti dopo l'atterraggio, è emerso che le persone che avevano bevuto solo acqua avevano una maggiore viscosità del sangue nelle gambe rispetto a coloro che avevano assunto bevande con sali e zuccheri, ed erano anche più disidratati.

La disidratazione legata al fatto che in aereo si beve meno del solito e l'ambiente è in condizioni di scarsa umidità, unitamente alla posizione seduta e obbligata, possono quindi favorire la formazione di trombi nelle gambe con conseguenti embolie polmonari.

A causa delle particolari caratteristiche del circolo polmonare, infatti, quando i coaguli, formatisi a livello degli arti inferiori, arrivano ai vasi sanguigni dei polmoni, si fermano causando l'embolia polmonare.

Per prevenire questo tipo di problemi, durante i voli di 8 , 9 ore, i medici consigliano di bere almeno un litro e mezzo di liquidi ricchi di sali e zucchero, di alzarsi e di camminare ogni tanto se possibile.
