

si fanno troppi esami inutili?

Sottoporsi spesso ad alcuni accertamenti può fare più male che bene, ma la colpa non è solo di paure ingiustificate

Una Tac non si nega a nessuno; e nemmeno la ripetizione a distanza di pochi mesi di un innocuo esame del sangue alla ricerca del valore del colesterolo. Poi perché non fare contenta l'ultra 70enne con una lastra del ginocchio per convincersi che tutti i dolori lamentati sono dovuti all'artrosi? Da un lato ci sono medici dalle prescrizioni facili; dall'altro ci sono persone, spesso sanissime, che vogliono sottoporsi a continui controlli. Da qui il fenomeno dei test diagnostici in eccesso, degli esami inutili, delle prestazioni superflue.

Ci si sente malati anche da sani

Secondo l'Istat ogni 100 abitanti vengono eseguite mediamente 18,4 analisi di laboratorio, 8 prestazioni specialistiche, soprattutto nei centri urbani e nelle aree metropolitane, dove l'accesso alle varie strutture sanitarie è più semplice. Da questi numeri si deduce che una buona fetta di popolazione sia malata, anche se non è così. Ed è ancora più impressionante il numero di coloro che, poi, non si presentano all'appuntamento per sottoporsi all'esame: non aspetterebbero altro, se avessero effettivamente problemi di salute. Significa che forse tutti questi esami prenotati non sono poi così necessari.

I test più richiesti senza motivo

Pap test

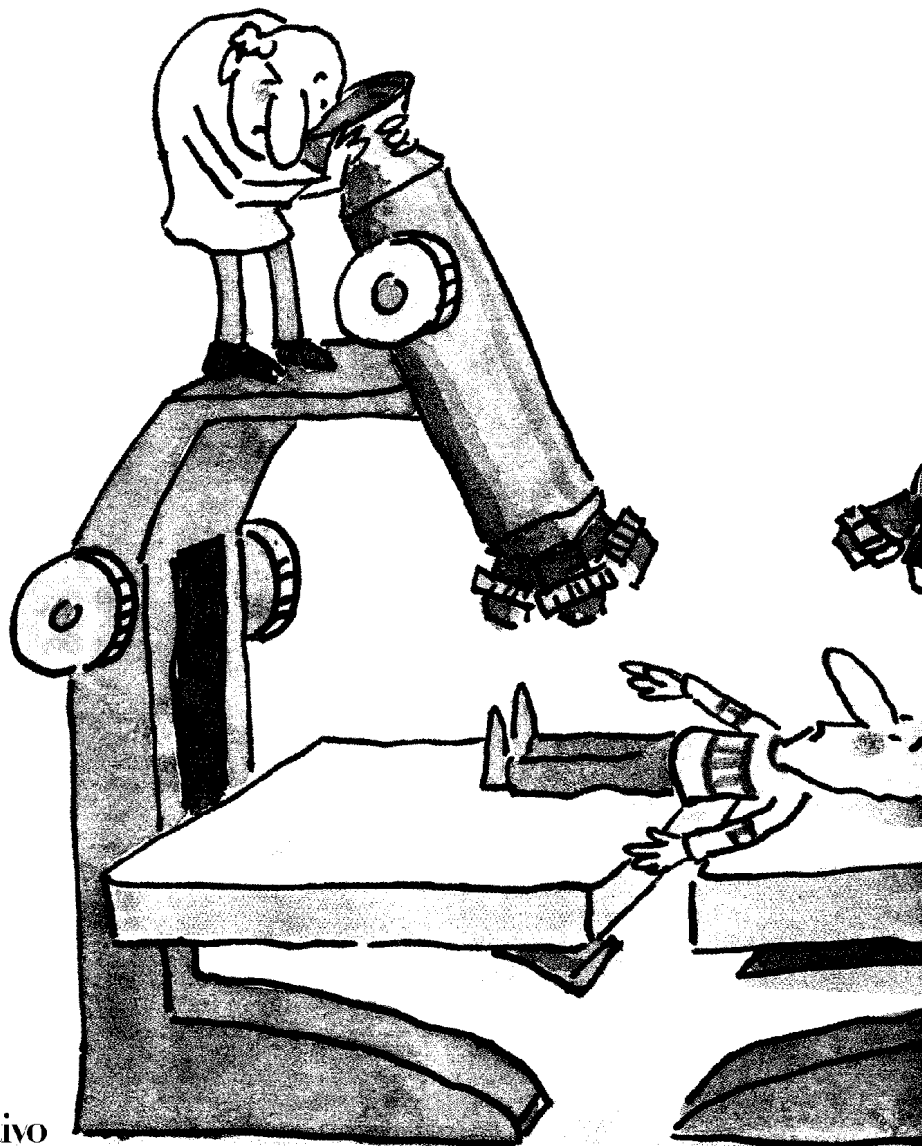
È il prelievo di un campione di tessuto del collo dell'utero per controllare che non ci siano cellule anomale e lesioni favorevoli allo sviluppo di un tumore. In Italia si consiglia di ripeterlo ogni 2 anni dal primo rapporto sessuale fino ai 70 anni. Le linee guida, invece, lo raccomandano, se non ci sono problemi, una volta ogni tre anni dai 30 anni. C'è il rischio, sottovalutato, di un risultato falsamente positivo: pare che un'infezione della cervice possa dare risultati anomali e spesso alcuni disturbi si risolvono da soli.

Mammografia

È l'esame del seno effettuato con una bassa dose di raggi X, utile per la diagnosi precoce del tumore. Le linee guida raccomandano di effettuarlo almeno una volta ogni due anni tra i 50 e i 69 anni. È difficile però generalizzare, perché entrano in gioco molte variabili (familiarità, stile di vita, gravidanze, situazione ormonale) da cui dipende l'affidabilità di questo esame. Oltre al rischio di falsi positivi (più alto nelle giovani) e di falsi negativi, ossia tumori che non vengono rilevati per le caratteristiche del seno o per il tipo di tumore.

Dosaggio del Psa

Psa sta per antigene prostatico specifico ed è un enzima prodotto dalla prostata. Il suo dosaggio viene rilevato con un esame del sangue e dovrebbe essere utile per la prevenzione del tumore alla prostata, ma oggi la questione è controversa: ci possono essere, infatti, altri fattori che fanno innalzare il livello di Psa nel sangue, come un'infezione della ghiandola prostatica. Il rischio è di preoccuparsi inutilmente per un valore fuori norma e intraprendere cure o sottoporsi a interventi invasivi con conseguenze anche pesanti.



OCCHIO AI RAGGI X

In queste tabelle sono messe a confronto le varie radiografie e le Tac, utilizzando come unità di misura l'Rx del torace, che ha il dosaggio di raggi più basso.

Radiografie

ZONA DEL CORPO DOVE VIENE EFFETTUATA	A QUANTE RADIOGRAFIE DEL TORACE EQUIVALE?
Torace	1,0 (unità di riferimento)
Cranio	3,5
Bacino	35
Colonna dorsale	35
Addome	50
Colonna lombare	65
Clisma opaco	350

Le ragioni dell'abuso

Da un lato ci sono le ragioni di alcuni medici:

- ▶ temono di venire denunciati dai propri assistiti nel caso in cui poi lo stato di salute dovesse evolvere per il peggio;
 - ▶ cercano di assecondare i desideri e di mettere a tacere le paure dei propri assistiti, non sapendo altrimenti come tranquillizzarli;
 - ▶ vogliono essere cauti, soprattutto quando sono giovani e hanno poca esperienza: secondo un'indagine del Centro studi Federico Stella dell'università Cattolica di Milano pare che a prescrivere indagini e consulti superflui siano il 92,3% dei medici tra i 32 e i 42 anni.
- Sul versante opposto ci sono persone che spesso non sono malate, ma insistono nel farsi prescrivere test e analisi:
- ▶ hanno paura di essere malate e travisano ogni piccolo sintomo o disturbo;
 - ▶ sono ossessionate dall'idea di poter sviluppare un tumore o una malattia seria;
 - ▶ sottovalutano rischi e conseguenze connesse all'esecuzione di determinati esami;
 - ▶ vogliono essere certe di godere di buona salute.

Analisi del colesterolo

Consente di controllare la concentrazione di colesterolo Ldl, un tipo di grasso, nel sangue, la cui presenza in eccesso aumenta il rischio di aterosclerosi e, quindi, di occlusione dei vasi sanguigni. Non ha senso ripeterlo periodicamente in persone che non prendono farmaci specifici contro l'ipercolesterolemia, né seguono regimi alimentari mirati a ridurre il livello di grassi nel sangue. Di per sé è un semplice esame del sangue, tuttavia chi non presenta fattori di rischio (come la familiarità) può inserirlo negli esami di controllo, circa una volta all'anno.

salvo casi particolari,
meglio attenersi
alle raccomandazioni
delle linee guida



Tac

ZONA DEL CORPO DOVE VIENE EFFETTUATA	A QUANTE RADIOGRAFIE DEL TORACE EQUIVALE?
Cranio	85
Colonna cervicale	85
Colonna dorsale	220
Colonna lombare	255
Torace	385
Addome	390
Pelvi	440

Fonte: Sirm (Società italiana di radiologia medica), La diagnostica per immagini, linee guida nazionali di riferimento.

Le conseguenze da non sottovalutare

Le conseguenze di questo fenomeno sono innumerevoli: sul piano della salute, economico e di organizzazione sanitaria.

- ▶ **I danni alla salute:** tanti test comportano un certo margine di rischio, in alcuni casi connessi con l'esecuzione, in altri per gli effetti avversi che potrebbero manifestarsi a breve e a lungo termine.
- ▶ **Gli sprechi:** ogni esame ha un suo costo; se non è necessario, rappresenta uno spreco a carico della collettività.
- ▶ **L'allungamento delle liste di attesa:** più esami vengono richiesti, più rischiano di allungarsi le attese, costringendo magari coloro che hanno fretta per reale necessità a dover rimandare troppo a lungo.
- ▶ **I falsi malati:** volere a tutti i costi scandagliare il proprio stato di salute rischia di creare una schiera di falsi malati, ossia di persone che stanno bene, ma che per via di qualche valore un poco fuori dalla norma si sentono malate e vogliono curarsi.

Radiografie e Tac

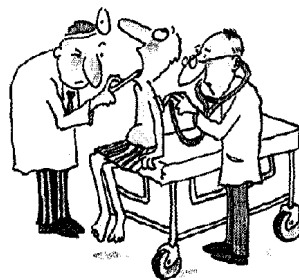
Prevedono l'uso di radiazioni ionizzanti. Le radiografie riportano l'immagine di specifiche parti del corpo, come la colonna vertebrale, il torace, l'addome; la Tac riproduce sezioni o strati del corpo in visione tridimensionale. Entrambe utilizzano radiazioni che penetrano nei tessuti, i cui effetti e danni sono proporzionali alla dose assorbita, fermo restando che per ogni Rx è molto bassa. Un elevato assorbimento favorisce però lo sviluppo di tumori, un rischio sottostimato, visto che il 40% degli esami radiologici prescritti sono inutili.

ATTUALITÀ ▶ SANITÀ

Le domande per il malato

Il malato che si vede prescritti alcuni esami dovrebbe porsi una serie di domande (da rivolgere poi al proprio medico), nel tentativo di capire se effettivamente quel test è necessario ai fini diagnostici oppure se si tratta di un'indagine del tutto superflua. Se si parlasse di più con il proprio medico, non ci si sottoporrebbe a tanti esami con tanta leggerezza.

- Per quali motivi mi viene prescritto questo test diagnostico? La risposta di un medico non dovrebbe mai essere quella di andare a controllare se tutto è a posto, visto che ogni tanto si possono avere sgradite sorprese.
- Quali sono i timori che inducono a volersi sottoporre a un determinato test? Il suo esito non deve avere come scopo quello di tranquillizzarsi e di scacciare tutte le paure che ci si è creati da soli.
- Che cosa si spera di sapere con questo test? Bisogna aver chiaro che l'esito di un test è semplicemente un risultato.
- Non c'è un altro sistema per trovare una risposta alle proprie ansie e ai propri problemi di salute? Un esame non deve mai essere visto come una panacea a tutti i dubbi sulla propria salute.
- Perché si dovrebbe ripetere un test che è stato eseguito poco tempo prima?



Le domande per il medico

Ci sono alcune domande che il medico dovrebbe porsi prima di prescrivere con troppa leggerezza qualsiasi test diagnostico.

- La persona ha già eseguito questo test in precedenza? Nel caso in cui la risposta sia affermativa: qual è stato l'esito? E per quale ragione vorrebbe ripeterlo? Ci sono persone più o meno ossessionate dalle malattie che non esitano a sottoporsi a continui esami.
- Il malato ha già eseguito questo test in un'altra struttura? Vuole forse ripeterlo altrove per confermare il risultato? Questo atteggiamento è legato alla sfiducia nei confronti di alcune strutture sanitarie.
- Se il test venisse ripetuto, ci sono alte probabilità che l'esito sia molto differente? Non c'è ragione di crederlo se il malato non ha seguito nel frattempo alcuna cura né ha modificato lo stile di vita.
- L'esito di questo nuovo test cambierà qualche cosa nella vita di quella persona? Non ha senso sottoporsi a un esame se poi il risultato non indurrà in alcun modo il malato a curarsi e a cambiare abitudini.
- Quali sono i rischi connessi con l'esecuzione di questo test? E quali le potenziali reazioni avverse? Sono aspetti che spesso il malato sottovaluta, forse anche per disinformazione.
- Quali sono le probabilità che l'esame dia un falso positivo? Questa eventualità rischia di esporre la persona ad altri esami, magari più invasivi, e di renderla inutilmente ansiosa, fintanto che non verrà provato il contrario.
- Ci sono rischi a breve termine se questo esame non venisse richiesto? Un test non va prescritto solo per accontentare la persona, per non rischiare denunce o per paura di perdere l'assistito.

Servizio di Stefania Parisotto.



le prescrizioni vanno fatte dopo un approfondito colloquio con l'assistito

l'intervista

ALL'ESPERTO

Sull'argomento abbiamo sentito il parere del dottor Andrea Gardini, direttore sanitario dell'Azienda ospedaliero-universitaria di Ferrara e uno dei fondatori di "slow medicine", movimento che ricerca una medicina più sobria, rispettosa e giusta, basata sulla relazione medico-paziente.

Troppi esami inutili: colpa del "malato" o del medico?

Un esame diagnostico è un prolungamento dei sensi del medico, quelli che lo aiutano ad ascoltare l'individuo, a parlare con lui, a osservarlo, a valutarne i disturbi. Gli esami servono o a confermare un'ipotesi diagnostica o a suggerirne una quando non è chiara. Non sono mai troppi o troppo pochi. Semmai sono appropriati o meno rispetto a quello che la persona ti presenta.

Chi prescrive molti esami è un buon medico?

Chi può dirlo? La cosa non è così semplice. Non è solo sulla prescrizione degli esami che si misura la "bontà" di un medico. La sua bravura si può misurare in rapporto al raggiungimento degli obiettivi che si avevano quando si è andati dal medico. Se l'obiettivo è "farsi prescrivere tutti gli esami, così sto tranquillo" e il medico lo ha fatto, quello è un medico bravissimo. Se l'obiettivo è "farmi passare un sintomo fastidioso" e il sintomo è passato, quello è un medico altrettanto bravo. Se l'obiettivo è "farmi guarire" e la guarigione è avvenuta in virtù delle cure fornite da quel medico, quel medico è bravissimo, se l'obiettivo è essere sollevato dalle angosce, essere ascoltato e, fuori dallo studio del medico ci si sente meglio, quello è un bravo medico. Viceversa, se gli obiettivi non collimano con i risultati, allora il giudizio può essere diverso. Quella che si instaura tutte le volte fra due persone è una relazione: ciascuno degli attori della relazione può giudicarla, volta per volta, a seconda di quali risultati produce.

Come deve comportarsi il medico con un assistito troppo insistente?

Se l'insistenza è quella di farsi prescrivere degli esami un medico non ha una sola strada, ne ha tante, a seconda di chi si trova di fronte e delle circostanze. Bisognerebbe avere sempre tempo per una persona che insiste tanto per ottenere qualcosa. Magari ha solo bisogno di insistere e basta, o magari ha un problema serio che necessita di ascolto e approfondimento. Non ci sono ricette preconfezionate. Fare il medico non è un'attività troppo codificabile.

Quali sono gli esami diagnostici di cui si abusa?

È meglio evitare di fare esami che possono essere rischiosi o generare ansie e, quindi, ulteriori esami. Forse non si pensa che gli esami radiografici possono essere una concausa di tumori e che molti esami di screening, come il Psa per il tumore alla prostata, molto vago, tendono a generare altri test di conferma, invasivi, a volte dolorosi, a volte inutili per la prevenzione della malattia che si teme. Gli esami più utili sono quelli decisi a seguito di un colloquio approfondito fra medico e paziente e che servono per comprendere meglio quello che può avere. Gli esami più inutili sono quelli generati dall'ultima trasmissione televisiva che ne parla, con il preciso scopo di "pubblicizzare" reagenti ed esami al più alto numero possibile di persone.