



9304

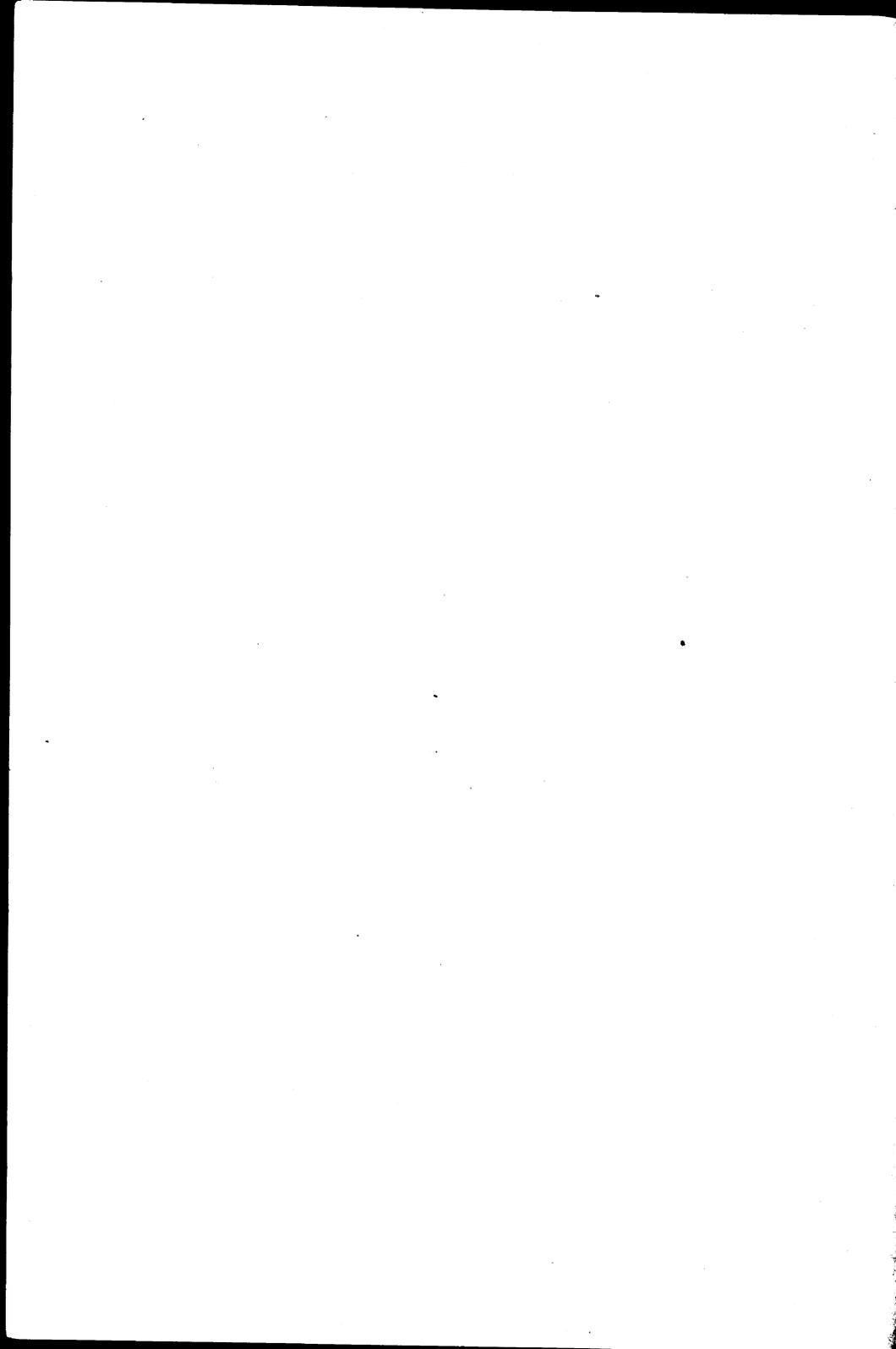
PROF. GIOVANNI GALLI

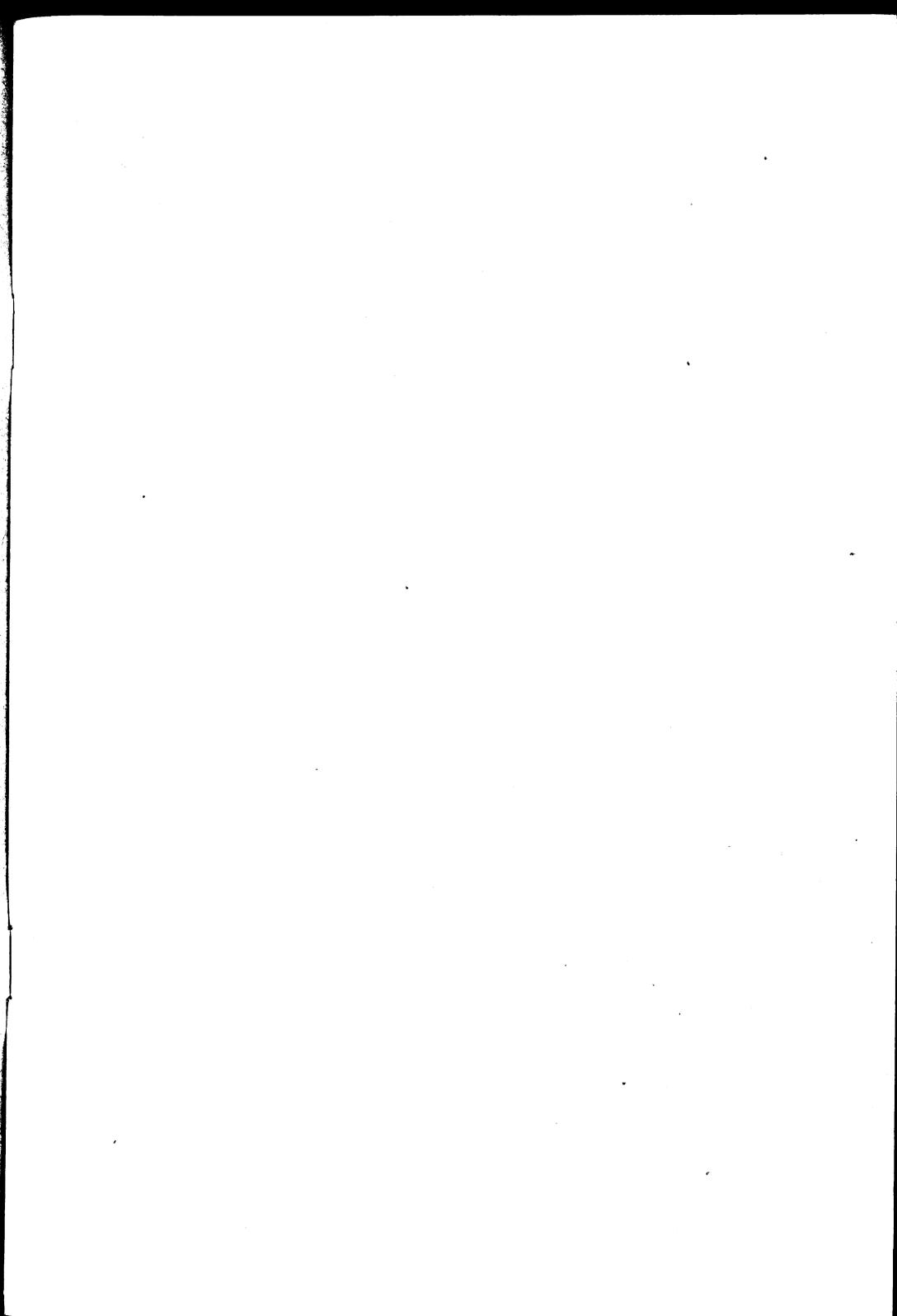
# Vecchiaia precoce e stanchezza cardiaca

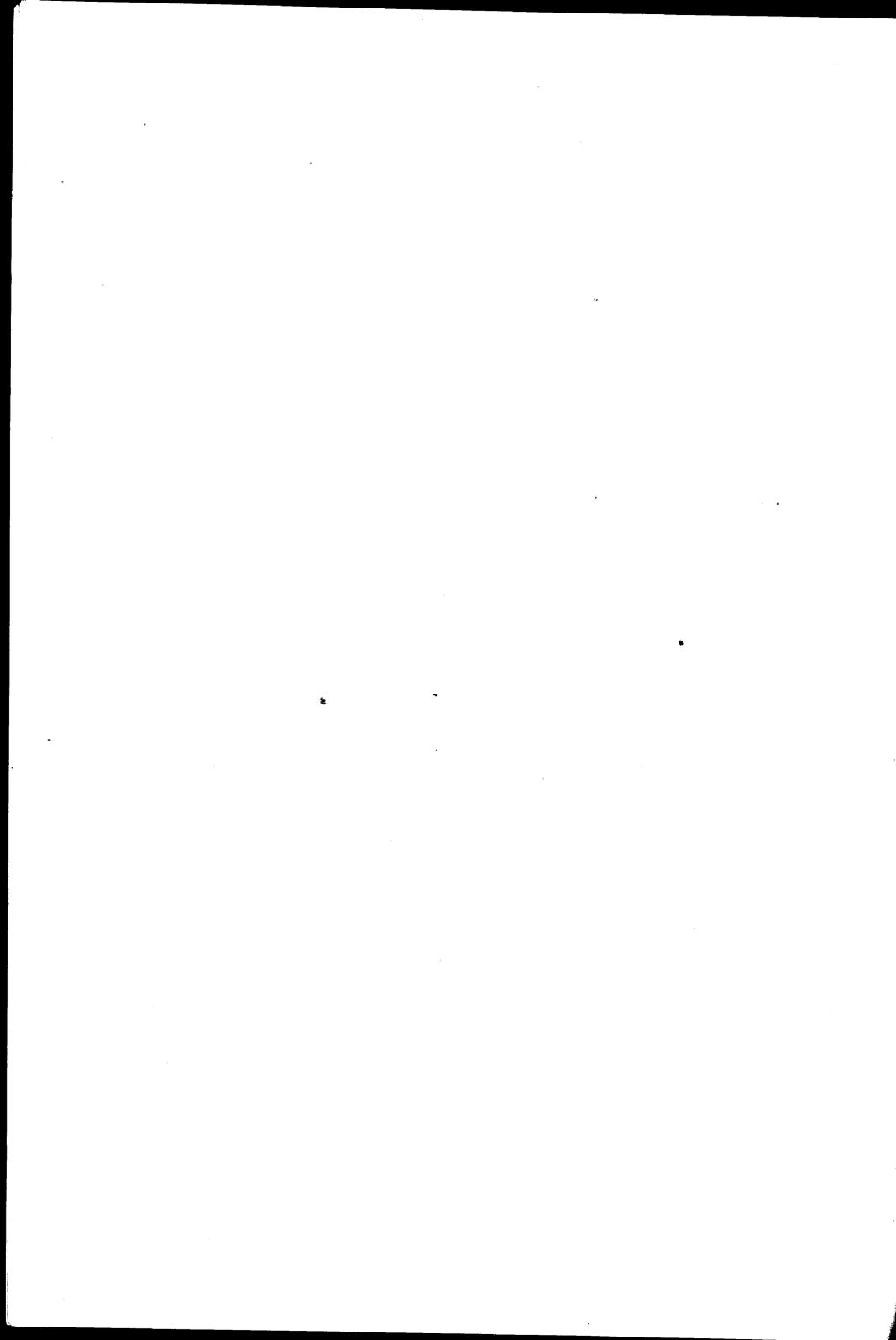
## PREVENZIONE E CURA



Estratto da «Le Forze Sanitarie»,  
n. 4 del 29 febbraio 1940-XVIII.





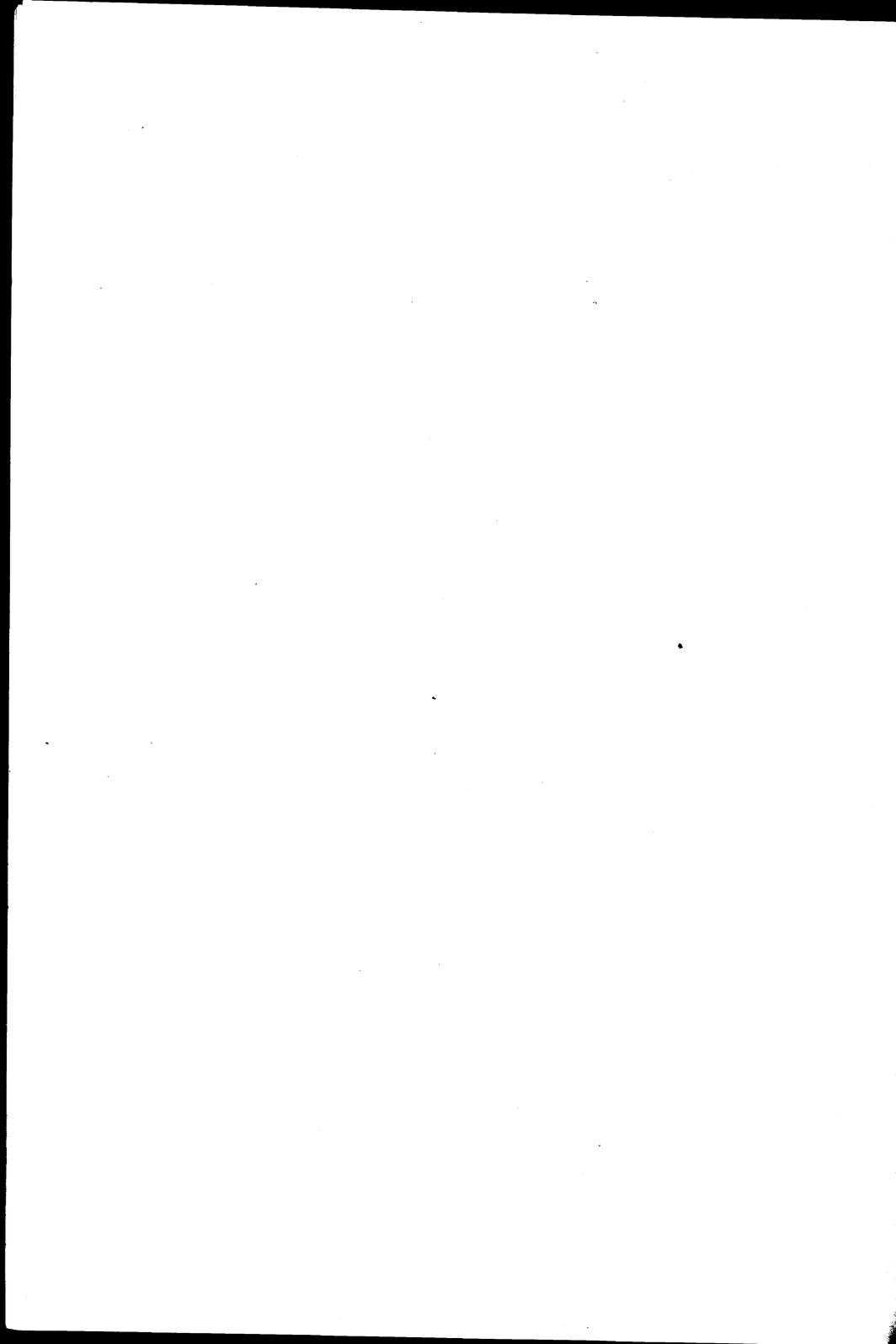


PROF. GIOVANNI GALLI

# Vecchiaia precoce e stanchezza cardiaca

## PREVENZIONE E CURA

Estratto da « Le Forze Sanitarie »,  
n. 4 del 29 febbraio 1940-XVIII.



Un complesso assai vario di cause patologiche — quali difettosa ereditarietà, malattie infettive, intossicazioni, cattive abitudini, mestieri pesanti e dannosi, insufficiente o smodata attività fisica, preoccupazioni diurne e patemi d'animo — si vien assai di frequente accumulando con l'azione deleteria dell'età e reca pregiudizio, più o meno precoce e grave ad ogni parte dell'organismo umano, risultando non meno danneggiato tra tutti l'organo centrale della circolazione sanguigna. Mal nutrito da insufficiente afflusso sanguigno, impregnato di scorie tossiche ed ingombranti, logoro dagli anni e dalle eccessive prestazioni, il cuore non tesaurizza più bastevoli forze di riserva, per cui non è in grado di reagire con prontezza e completamente a tutte le esigenze circolatorie. Si insedia così la stanchezza cardiaca, come avviene di un autoveicolo che maltenuto e sottoposto ad irrazionali prestazioni, invecchia precocemente e funziona con intercadenza; specie in salita e sotto carico il motore manca di « ripresa » e non « tira » più bene come prima.

La vecchiaia precoce e l'insufficienza del cuore si iniziano subdolamente e lentamente — *sensim sine sensu senescit aetas* — con disturbi saltuari, ingannevoli, poco considerati, ma che alla fine si concretano in una senilità precoce, acciaccosa, malessia e nello scempenso circolatorio generale. Vera come è la massima del *principis obsta* per ogni ramo della medicina, soprattutto in cardiologia dà essa brillanti risultati; elimina i disturbi soggettivi nel più dei casi o almeno li attenua, mantiene in condizioni soddisfacenti lo stato del cuore ed il suo funzionamento, evita o procrastina a lunga scadenza la vecchiaia patologica.

**Alterazione delle quattro proprietà caratteristiche del cuore.** — L'età e le conceuse menzionano attaccano tutte le funzioni miocardiche; in modo particolare vien lesa la cosiddetta proprietà inotropica, che presiede, come sappiamo, alla contrattilità. Facendosi allora le sistoli meno efficienti e meno sollecite, diminuisce la « vis a tergo » del sangue con di-

stunzioni circolatorie universali; nei reni con le note conseguenze urinarie; nei polmoni con quelle cosiddette « bronchiti » troppo spesso curate inutilmente con balsamici e narcotici; nel fegato con dolenzia e molestia specie nel suo lobo sinistro; alla periferia con sviluppo di edemi malleolari verso sera. Il fiato non è più quello di prima; manca salendo le scale, alzando dei pesi, facendo comunque un lavoro di modica entità. La prestazione cardiaca diventa insomma difettosa ed il maggior bisogno di afflusso sanguigno ai muscoli, ai polmoni, al cuore stesso, con una più larga assunzione di ossigeno, non viene completamente soddisfatto neppure con l'accelerarsi del respiro e delle sistoli cardiache, donde la necessità di interrompere o rallentare il lavoro. Aggravandosi poi l'insufficienza inotropica del miocardio, la dispnea diventa abituale anche nella completa inattività dei muscoli.

La seconda proprietà del miocardio è quella cronotropica, che governa la regolare frequenza delle sistoli cardiache. Essa subisce pure delle alterazioni; il battito sistolico diminuisce a 55-60 battiti per minuto, oppure cresce di frequenza, diventando irregolare, specialmente durante l'attività fisica, ed in modo sproporzionato al lavoro eseguite.

Grazie alla sua terza proprietà, batmotropa, il miocardio resta sensibile agli stimoli che in maniera ritmica gli pervengono dall'atrio; anche questa proprietà si vien alterando per le cause anzidette con formazione di sistoli premature, aberranti, di extrasistoli singole o a gruppi, le quali una volta avverite dal soggetto, diventano per lui una vera ossessione.

Infine anche la proprietà dromotropica, da cui dipende la velocità di passaggio degli stimoli dall'atrio ai ventricoli lungo il fascicolo atrioventricolare, si rinviene non di rado lesa. Gli stimoli che transitano allora con difficoltà, giungono con ritardo ai ventricoli, dando luogo a bradicardie assai accentuate, sui 30 battiti per minuto, ed anche non vi arrivano, causando il blocco completo; in tal caso il ventricolo si sgancia dall'atrio, contraendosi per suo conto, ma assai lentamente — 25-20 battiti ed anche meno — come avviene appunto nella sindrome di Morgagni-Adams Stokes.

**Come usare i medicamenti.** — Alle manifestazioni morbose fin qui elencate siamo in grado di opporci, sia con medicamenti, atti a sostenere la fibra miocardica, a mantenere pervie ed elastiche le vie di afflusso sanguigno al cuore e pura la crasi sanguigna, sia con mezzi profilattici di ordine generale; ecco intanto alcune norme per un proficuo uso dei medicamenti.

Regola di terapia da non mai dimenticare è quella di conoscere esattamente l'azione ed il dosaggio dei farmaci prescritti; non basta posseder le armi, bisogna saperle adoperare. Data l'innumerabile quantità di medicamenti per il cuore, conviene limitarci a un numero piuttosto piccolo di essi e preparati da officine farmaceutiche di sicuro affidamento. È necessario d'essere al corrente dell'esperienza altrui, ma non meno necessario è l'acquistare una propria esperienza in modo da conoscere tutte le possibilità terapeutiche dei rimedi usati ed anche le loro manchevolezze.

Enormi progressi ha fatto la farmacologia moderna con la scoperta dei principi attivi delle droghe e creando per sintesi medicamenti di grande utilità, ma nonostante la ricetta galenica non deve essere messa completamente da parte; essa conserva il suo valore e può talvolta rispondere anzi meglio a particolari bisogni della cura, sia perchè esercita un fascino ignoto a preparazioni in serie alla portata di chiunque si reca in farmacia con il rispettivo valsette, sia perchè presenta il vantaggio, spesso non senza importanza, di costar meno. Nel corso di queste lezioni daremo perciò una certa preminenza alla ricetta magistrale.

La stanchezza cardiaca della vecchiaia è una malattia con decorso lento e subdolo, che va curata con medicamenti in piccole quantità e in modo continuativo; le grandi dosi e le cure energiche convengono piuttosto nelle malattie acute, nelle gravi complicazioni di malattie croniche e nel pericolo di vita. Nè si creda che queste piccole dosi siano poco efficaci; nello stesso organismo umano troviamo esempi di sostanze, ad esempio gli ormoni, che in minime quantità danno effetti massimi sulla funzione dei visceri. Si aggiunga che i glicosidi delle droghe cardiocinetiche hanno una formula chimica affine con quella degli ormoni delle ghiandole della riproduzione, le cui proprietà tonificanti ed autisenili son ben conosciute.

D'altra parte i medicamenti in piccola dose hanno il vantaggio di non presentare alcun pericolo; non si accumulano, nè danno assuefazione. Senza escludere in maniera assoluta che la loro efficacia diminuisca e cessi anche, dopo un certo tempo, dobbiamo tener presente che non di rado questo venir meno dell'azione medicamentosa dipende dal progredire delle lesioni e che possediamo un buon numero di ottimi cardiocinetiche, da usare alternativamente o associati tra loro in dose ancor minore per potenziarne gli effetti.

Criterio fondamentale per il dosaggio e per la du-

rata della cura si ha nei risultati conseguiti; se notiamo miglioramento e scomparsa dei sintomi, l'uso dei medicamenti verrà rallentato o sospeso, se le manifestazioni persistono e si aggravano, modificheremo e rinforzeremo la cura. Ogni caso comunque ha le sue caratteristiche e dipende dalla esperienza e dalla abilità del medico, coadiuvato dall'intelligenza del malato, la scelta della buona strada.

**DIGITALE.** — Questa regina dei cardiocinetiche si usa in maniera assai differente, per os, per via rettale, per iniezioni ipodermiche o endovenose, persino per uso esterno e in dosi assai diverse; nella polmonite e nelle malattie febbrili è facilmente tollerata e se ne somministrano diversi grammi per giorno; nelle manifestazioni circolatorie della senilità bastano pochi centigrammi.

La digitale non ha azione nei disturbi nervosi come il cardiopalmo e certe tachicardie, mentre è mirabile nel cuore stanco ed insufficiente. Si lega tenacemente con la fibra miocardica, ma con effetti tardivi, di parecchie ore sino 2 giorni dopo l'uso per os. Questo ritardo può far correre il pericolo di un uso eccessivo nella supposizione che l'assenza di effetti dipenda da troppa scarsa quantità. Oltre a ciò si deposita anche in altri visceri, nel fegato, nei reni, nel cervello, dai quali può rientrare in circolo; assomma allora la sua azione con quella della digitale già esistente nelle fibre del cuore o che si sta usando, il che dà luogo ad accumulo e sintomi di avvelenamento. L'oculattezza e la sorveglianza da parte del medico durante l'uso di questa droga deve essere dunque grande, tanto più che in qualche caso vi sono idiosincrasie e modi non comuni di reagire anche a dosi moderate.

Una posologia semplicissima è quella di prescrivere la digitale, polverizzata di recente, nella dose di 2-5 egr., in cartine cerate o in pillole, 1-2-3 volte al giorno, sino a un massimo complessivo di 10 egr., secondo il grado e la natura della stanchezza cardiaca. L'uso varia moltissimo da caso a caso; può essere ad es. di 5 giorni per settimana, di 2-3 settimane per mese ed anche più continuativo; in un caso da me seguito per vari anni, riguardante un distinto medico con disturbi aortici, le piccole dosi vennero prese quasi di continuo salvo brevi intervalli, con un consumo totale di circa 800 grammi di digitale, che valsero a mantenere quel medico, assillato dall'esercizio pratico, in lodevole efficienza lavorativa per 25 anni.

Vi sono malati i quali si provvedono essi stessi ogni anno, di foglie di digitale che usano periodicamente nelle dosi indicate. Soggetti intelligenti acquistano una pratica speciale, quando è il caso di usare o di sospendere il medicamento. Un mio cliente sapeva dare giudizi sorprendentemente esatti, degli effetti e sul valore di una serie di cardiocinetiche che gli andavo somministrando, senza che egli ne conoscesse la natura. Il ritorno della dispnea, la difficoltà di allacciarsi le scarpe, il peso nell'ipocondrio destro, la maggiore concentrazione dell'urina sono segni, sui

quali si basano i soggetti comunemente per riprendere l'uso dei cardiocinetici.

Per la cura protratta a piccole dosi l'infuso non si presta per la sua facile alterabilità, salvo che non si provveda alla preparazione in casa, come per la camomilla e il caffè; con quest'ultima droga anzi si può utilmente mischiare la piccola quantità quotidiana di digitale, preparando così un cardiocinetico sinergico, di facilissimo uso e senza alcuna parvenza di medicinale.

Raccomandabile è anche la tintura di digitale, invero poco prescritta dai medici italiani, molto invece in Germania, Inghilterra e Stati Uniti. Oltre che possedere una buona efficacia, contenendo tutti i principi attivi di detta droga, costa anche poco. Si associa con altri cardiocinetici (stofanto, stricnina), come vedremo, per potenziarne gli effetti e con sostanze nervine (valeriana) per amplificare la sua azione.

Svalutando artificialmente la ricettazione galenica, i principi attivi o glicosidi della digitale, scoperti dalla farmacologia moderna, vennero sfruttati nella preparazione di specialità per il cuore e specialmente due tra esse, prime in tempo, la digitalina Nativelle e il digalen Roche, conquistarono il dominio mondiale, ma una giusta correzione andò subendo questa sgarbata supervalutazione e mano a mano il caposoldo del monoglicoside si venne sgretolando; persino alcune delle stesse specialità, prima portate a cielo perchè contenenti un sol glicoside, si preparano ora con tutti i principi attivi nella digitale.

Nelle diverse Nazioni son nate, in questi ultimi anni, moltissime specialità digitaliche da contrapporre a quelle straniere ed anche in Italia non piccolo è il numero; su di esse dovrebbe cadere, tanto più in tempo di autarchia, la preferenza e ricordo perciò la digitalia Guadoni, il neodigal Erba, l'endigal Boniscontro, il kinetolo F. L., il digitono A. B. C., l'endigal Locatelli, il digitosan Zambelletti. Quest'ultimo attrasse in modo particolare la mia attenzione e venni indotto a dare la preferenza ad esso, perchè non si tratta di una semplice soluzione di uno o più glicosidi preparati chimicamente, come è il caso delle altre specialità, ma perchè si ottiene dalla stessa infusione di digitale, depurata dalle sostanze di ingombro ed irritanti, come le saponine; in tal modo vi è la garanzia dell'effettiva presenza in esso di tutti i glicosidi utili della droga. Un centimetro cubico, ossia 20 gocce di digitosan corrisponde a 0.15 di droga, per cui praticamente bastano 6-8 gocce, *pro die*, per una cura protratta a piccole dosi della stanchezza cardiaca senile.

La digitale esplica la sua azione su tutte e quattro le proprietà fondamentali del miocardio; incrementa la proprietà inotropa, per cui la prestazione miocardica riesce sino a un triplo e più, con sistoli energiche e veloci. Lo svuotamento ventricolare si compie meglio e con prontezza; cresce il riempimento aortico ed una maggiore quantità di sangue entra nelle coronarie. Anche la proprietà cronotropa viene influenzata, ottenendo una benefica rarefazione delle sistoli,

una maggiore durata del riposo diastolico e un aumento del volume di scarico. La digitale trova quindi la sua massima indicazione, quando la stanchezza del cuore, come assai spesso succede, si accompagna con la tachicardia.

Qualche volta però vi è stanchezza cardiaca e bradicardia; in questi casi possiamo somministrare la digitale? Senza esitazione e con vantaggio è lecito anche in tali circostanze usare piccole dosi di digitale; non solo, abbastanza numerosi sono i casi, nei quali si usarono anche dosi alte con il risultato di migliorare la tonicità miocardica e correggere il polso raro. Tra i due pericoli della bradicardia e dell'ipocinergia, questo costituisce l'indicazione primaria; vedremo comunque essere possibile attenuare con altri medicamenti l'azione bradicardizzante della digitale.

Anche la proprietà batmotropa si accentua con la digitale; sappiamo che un sintomo comune dell'intossicazione digitalica è lo sviluppo di extrasistoli, in forma per lo più di bigeminismo e che quando sorge questo disturbo batmotropo, è necessario sospendere la cura digitalica. Le piccole dosi non provocano di regola tali manifestazioni tossiche, anzi — fatto notevole — la digitale riesce utile per combattere le extrasistoli, tanto frequenti nella stanchezza cardiaca. Ancor più; essa è di maggior effetto se usata con un altro medicamento, la stricnina, che ha del pari la proprietà di eccitare il batmotropismo miocardico. Le sostanze che producono in dose tossica un sintomo morboso, servono dunque per combattere tale sintomo, quando esso dipende da altra causa. Verosimilmente questa azione curativa avviene, nel caso della extrasistolia, perchè la digitale e la stricnina migliorano la tonicità miocardica, eliminando eventuali spine irritative, in rapporto con stasi localizzate o con depositi di pigmento bruno in singole zone del miocardio. Alle due citate sostanze si unisce utilmente contro le extrasistoli senili il bromidrato di chinina.

R. Foglie digitale polverizzata di recente . . .	0,05
Nitrato di stricnina . . . . .	0,001
Bromidrato di chinina . . . . .	0,10
S. Tali pillole 20: 1-2-3 <i>pro die</i> .	

Infine anche sulla proprietà dromotropica esercita la digitale un'azione più o meno accentuata, difficoltando il passaggio degli stimoli, attraverso il fascicolo atrioventricolare. Quando esiste già una bradicardia di una certa intensità, è quindi pericolosa una digitalizzazione esagerata, perchè aumenta il blocco miocardico. Ma a piccole dosi questo pericolo, come l'esperienza insegna, non esiste oppure è trascurabile in paragone con il vantaggio, già messo in rilievo, di accrescere la tonicità miocardica. Nel caso di polso raro alla radiale va però ben stabilito con l'ascoltazione del cuore che non si tratti di bradicardia spuria, come succede ad es. quando esistono sistoli frustanee deboli, la cui onda sanguigna non giunge alla periferia. In queste bradicardie la digitale è invece

particolarmente indicata e si può dare anche con una certa larghezza.

Se vogliamo ad ogni modo premunirci contro gli effetti bradicardizzanti della digitale, possiamo associarla con la caffeina; questa possiede anche un'azione leggermente diuretica, vantaggiosa nei casi di stanchezza cardiaca con circolo renale difettoso. Se del caso, l'azione cardiocinetica e diuretica della digitale e della caffeina può venir efficacemente rinforzata con altre sostanze (scilla, teobromina).

R.	Digitale polverizzata di recente . . . . .	—
	Polvere di seilla . . . . .	una gr. 0,05
	Caffeina . . . . .	0,10
S.	Tali carte, o pillole, 201 1-2-3 <i>pro die</i> .	

Un altro punto importante, sul quale bisogna avere idee chiare, è l'uso della digitale nella ipertensione. Abbiamo visto che questa droga incrementa la proprietà inotropica del cuore, ragione per cui la pressione sanguigna tende a crescere per l'aumentata forza e maggior volume della gittata sistolica. Si resterebbe dunque indotti a non prescrivere mai la digitale, come in genere ogni cardiocinetico, nella cura dell'ipertensione. Ma il solo criterio sfigmomanometrico può essere una cattiva guida e condurre all'abuso di sostanze ipotensive; anzitutto l'ipertensione va piuttosto combattuta, eliminando le cause che la determinano e solo nei casi di eccessivo rialzo pressorio, è lecito ricorrere agli ipotensivi. Non dobbiamo mai dimenticare che l'ipertensione è compenso naturale, nel quale troppo spesso si interviene con rozza mano. Perciò a un certo periodo i cardiocinetici sono indispensabili. Nel cuore che si è andato ipertroficiando, allo scopo di vincere l'ostacolo vasale, dopo un tempo più o meno lungo, anche per la ragione di un uso incauto di medicamenti si iniziano fatti degenerativi con stanchezza cardiaca: la pressione sanguigna tende ad abbassarsi, il qual fatto — giova ripeterlo — è tutt'altro che da interpretare favorevolmente. Attendere che queste manifestazioni di stanchezza del cuore diventino palmari, non soccorrere il miocardio e lasciare che la pressione cada, è un assistere passivo e non lodevole al peggioramento del male; bisogna invece intervenire proprio quando la stanchezza cardiaca è nel suo inizio.

L'uso precoce profilattico dei cardiocinetici si sta ora diffondendo persino nella cura dell'*angina pectoris* per merito di un ben noto clinico e cardiologo tedesco, che insiste sull'utilità delle iniezioni endovenose di strofantina in tale malattia. Di questa cura in minime dosi, io faccio uso già da molti anni nella ipertensione per prevenire l'indebolimento cardiaco e da 7 anni me ne valgo nella stessa *angina pectoris*, utilizzando contemporaneamente l'applicazione di onde corte sul torace.

Specie quando — *volens, nolens* — la lotta per la vita e per il predominio non ha sosta e quando la necessità di guadagnarsi il pane quotidiano persiste anche nell'età avanzata, piccole dosi di cardiocinetici di-

ventano provvidenziali per mantenere ad un soddisfacente livello l'inotropismo del miocardio. Riservare questi medicamenti a quando i disturbi sono inoltrati e a quando più non se ne può fare a meno, è un danneggiare i malati; lunghi periodi di invalidità e di sofferenze sono spesso la conseguenza di questo mancato intervento tempestivo.

Furono descritti casi di morte improvvisa, quando si era raggiunto un pieno benessere con la digitale, per cui si è parlato di una morte digitalica. Abbiamo visto che questa droga si lega assai tenacemente con la fibra miocardica e che in quantità eccessiva produce fatti tossici sino alla fibrillazione letale. Ma questo pericolo deve e può essere evitato con il controllo guardingo del medico, quando si fanno cure intense di digitale; nell'uso di piccole dosi, anche protratte, non esiste un vero pericolo di morte digitalica; i periodi di lungo scompensamento restano evitati con la possibilità di prestazioni cardiache soddisfacenti per molti anni e di una morte infine, come ognuno la desidera, meno tarda e tormentosa.

STROFANTO. — È anche questo un ottimo cardiocinetico che sulla digitale ha il vantaggio di una pronta azione e di non accumularsi, poiché si lega prontamente con la fibra miocardica, staccandosene con pari rapidità; dopo 24-48 ore è già scomparso dallo organismo. Si usa comunemente come tintura al 10 per 100; anche per questo preparato conviene accertarsi della quantità e concentrazione. Per cure protratte si usa nella dose di 5 gocce, 1-3 volte *pro die*; somministrandola a stomaco pieno, si ha ancor meno il pericolo di fatti gastro-enterici.

Non avendo tendenza ad accumularsi, lo strofanto è particolarmente indicato nelle cure lunghe senza controllo medico. Ho pubblicato nella *Presse Médicale* (1919, 5) il caso di un mitralico cinquantenne, che ogni giorno, e per due anni di seguito, continuò a prendere impunemente, anzi con vantaggio, 20 gocce di tintura di strofanto.

Per ottenere pur con dosi minime un'azione sinergica si associa opportunamente la tintura di strofanto con quella di digitale e quando vi fosse anoressia, insonnia, irritabilità nervosa, con la tintura di fava di S. Ignazio, di china e di valeriana in parti uguali, dandone 20 gocce 1-3 volte al giorno prima dei pasti.

Ma l'uso classico di questa droga è l'iniezione endovenosa del suo glicoside, con effetti molte volte portentosi nei casi gravi e ribelli agli altri cardiocinetici; la strofantina si usa allora nella dose di 0,0005 ed eccezionalmente di 0,001 *pro die*. Regola importante è di non servirsene assieme o subito dopo la digitale; 2-3 giorni devono trascorrere in carenza di quest'ultima, perchè la strofantina mobilita eventuali depositi digitalici nel miocardio con la possibilità di effetti tossici, come extrasistoli, tachicardia e anche fibrillazione mortale.

Nella piccola dose di due decimi di mgr. in 10 gr. di soluzione glicosata, un paio di volte per settimana,

l'endovenosa di strofantina è molto indicata nella stanchezza senile, intercalatamente a cure di altri cardiocinetici e per sgombrare il miocardio da eventuali depositi di digitale.

**Uso sinergico dei cardiocinetici.** — L'uso di vari ingredienti nello stesso farmaco aveva raggiunto nelle epoche passate incredibili proporzioni; nella terapia di Venezia entrava un numero indefinito di componenti, sino a 200, essendo il vaso che la conteneva, il raccoglimento di ogni avanzo della farmacia. La scoperta dei principi attivi e della chimica sintetica, sembrò battere in breccia la polifarmacia, ma non tardava una reazione all'assolutismo di un medicamento unico; gli stessi alcaloidi e i prodotti per sintesi vengono ora associati tra loro per ottenere effetti potenziati (ad es. digitalina + ouabina; stricnina + caffeina + strofantina).

Invece le preparazioni con più droghe sono numerose ed il medico non ha che l'imbarazzo della scelta; tra le nostrane cito l'auxicord Fism (sparteina strofanto, adonide), lo strofantense Bosio (strofanto e adonide), il canfolo A. B. C. (sparteina canfora), il tricardil Ricci (canfora, sparteina, stricnina), il tonocardio (sparteina e tetralilmonio), infine tra i migliori il tonocardis (causosulleonato di sparteina e stricnina). Non mancano dunque le armi anche in questo ramo della materia medica e appunto il gran numero di esse impone al medico la necessità di limitarsi a pochissimi, acquistandone la perfetta conoscenza.

**CAFFEINA e TEOBROMINA.** — Affini dal lato chimico, questi medicamenti hanno un'azione somigliante anche dal lato terapeutico con effetti di vasodilatazione specialmente delle coronarie. Male irrorato, il cuore dei vecchi trova efficacissimo aiuto in questi due rimedi e negli altri della serie purinica (teofilina, teofamina, ecc.). Poichè la digitale può sviluppare effetti vasocostrittivi sul circolo coronario e bradicardizzare la frequenza sistolica, come già abbiamo visto, giova usarla con la caffeina e se vi sono, il che avviene spesso nel cuore senile, segni di stasi renale, aggiungendo la teobromina.

R. Digitale di recente polverizzata . . . . .	0,05
Caffeina . . . . .	0,10
Teobromina . . . . .	0,25
S. Tali dosi 20; 4-2 <i>pro die</i> .	

Oltre gli effetti diuretici, la caffeina e la teobromina hanno un'azione stimolativa sulla corteccia cerebrale e sui centri della respirazione; proprietà terapeutiche assai desiderate nella stanchezza del cuore, quando è aggravata da claudicazione del respiro, come il molestissimo Cheyne-Stokes.

**STRICNINA.** — E' un utilissimo mio-neurotico che trova larga applicazione negli stati di debolezza senile e nella ipotensione. Sviluppando anche effetti stimolativi sulle glandole soprarrenali, contribuisce alla messa in circolo di una maggiore quantità di adrenalina; la pressione sanguigna aumenta dunque anche per questa via.

D'uso pratico sono i globuli di stricnina; conosco un noto collega, il quale sistematicamente ne fa uso per correggere l'ipotensione congenita, aggravata dalla sua specialità di radiologo; egli tiene i globuli a portata di mano nel taschino del panciotto per servirsene specie nelle giornate di maggior lavoro, quando sta chiuso per ore intere in un ambiente saturo di raggi X.

Giova accennare all'utilità della stricnina anche nelle malattie intercorrenti della vecchiaia; durante la bronco-polmonite e gli attacchi influenzali intervengono vasodilatazioni periferiche allarmanti e nella convalescenza è frequente l'astenia generale con accentuata ipotensione; nella dose di 2-4 mmgr. *pro die*, per iniezione o *per os*, gli stricnici prevengono e correggono questi fatti morbosi. L'azione curativa di queste sostanze viene utilmente potenziata con ricostituenti e con altri tonici quando, come spesso avviene, vi sono nella vecchiaia sintomi depressivi del sistema nervoso e della psiche.

Numerose sono le specialità esistenti in commercio, destinate alla cura di queste sindromi; ecco una formula magistrale efficace e di poco costo.

R. Polvere di Lata di S. Ignazio . . . . .	0,02
Polvere di Kiola . . . . .	
Clima . . . . .	ana gr. 0,10
Glicerosoluto di soda . . . . .	0,30
S. Tali cate 20; una carina durante i pasti.	

**IL SECONDO CUORE: L'ORTA.** — L'ondata di sangue che il ventricolo spinge innanzi ad ogni sistole, distende le tuniche dall'aorta, le quali assumono un *quantum* di energia, che appena cessata la sistole ventricolare, restituiscono alla massa sanguigna; in tal modo l'aorta esercita un effetto propellente come fosse un secondo cuore. Quanto più elastica è l'aorta, tanto maggiore è questa sua azione sul circolo sanguigno e primo a beneficiarne è lo stesso cuore con un migliorato afflusso nelle coronarie. L'aorta indurita non solo non assolve più questo compito di ricevere e ridare l'energia contrattile, ma è d'aggravio al ventricolo, che deve sviluppare un maggior lavoro per produrre lo stesso rendimento circolatorio. Prevenire e combattere la sclerosi vasale è quindi un compito assai importante, del quale si avvantaggia anzi tutto il cuore.

Tra i moltissimi medicamenti, messi in campo a tale scopo, i preparati jodici mantengono tuttora la loro supremazia. Oltre che esercitare una azione sulla viscosità del sangue l'iodio si deposita nei tessuti in via di sclerotizzarsi, producendo reazioni di focolaio con miglioramento della circolazione nei *vasa-vasorum* e regressione delle lesioni. Bisogna dare nelle cure protratte la preferenza a dosi piccole e piccolissime; semplice ed economico è l'uso di poche grame di tintura di jodio in acqua alla mattina, prima di mangiare, oppure di joduro potassico sciolto in pari quantità di acqua distillata. Quando vi sono anche manifestazioni di debolezza nervosa e insonnia con ipertensione, sono utili dosi minime di jodobromo. Queste mi-

nime dosi possono suscitare il dubbio di un *lapsus calami* e vanno contrassegnate con un *sic*.

- R. Ioduro potassio  
 Bromuro potassio . . . . . ana gr. 0,10 (*sic*)  
 Acqua distillata . . . . . 100  
 S. Tre volte al giorno un cucchiaino dopo i pasti.

Le minime dosi di questa ricetta non recheranno meraviglia, quando si pensi che acque minerali delle quali non si può negare l'efficacia, contengono quantità ancor minori di bromoiodio e son usate soltanto per via esterna e per brevi periodi e si rifletta che i vantaggi del clima marino e dei bagni di mare sono in gran parte attribuiti alle minime quantità di jodio assorbito e che sperimentalmente semplici tracce di jodio possono influenzare sostanzialmente la vita dei micro-organismi.

**Inattività, stitichezza, insonnia.** — Non basta per efficacissima che sia, la profilassi e la cura con i medicamenti fin qui descritti, occorrono altri mezzi per prevenirne e combattere la stanchezza cardiaca e la vecchiaia precoce. Questi mezzi si rivolgono contro quelle cause e fatti morbosi, che dispongono alla stanchezza del cuore o l'aggravano, se già esistente; tra i più comuni nomino la deficienza di esercizio fisico, l'irregolare svuotamento dell'intestino, la mancanza di un buon sonno riparatore.

Non va confusa una saggia prevenzione della senilità precoce con un salutismo insulso, fatto di eccessive preoccupazioni e di cure inopportune. Troppo spesso persone che da poco hanno trascorso gli anni della giovinezza, mostrano disinteresse e rilassamento all'attività fisica, della quale temono danni insussistenti. Ma nella stessa vecchiaia è utilissimo un sistematico esercizio fisico. Durante l'attività muscolare, tanto più se all'aperto, gli atti respiratori si intensificano con l'assunzione di ossigeno. La circolazione sanguigna periferica è favorita dal contrarsi energico dei muscoli e quella addominale dal poderoso moto ritmico del diaframma, per cui aumenta il volume-minuto del sangue circolante. Ancor più; le sistole energetiche che accompagnano il lavoro fisico, favoriscono la stessa circolazione dentro il miocardio, con una più larga irrorazione anche delle zone muscolari abitualmente in minor attività.

Fatti opposti si verificano nella vita sedentaria; la risultante finale è una cronica discrasia sanguigna, la atrofia e degenerazione dei tessuti. Mentre l'attività fisica mantiene la gagliardia di persone già innanzi nell'età, l'inerzia muscolare dispone alla imbibizione patologica dei tessuti, alla flaccidità e stanchezza miocardica. Nella autopsia è palmare il contrasto tra le fibre miocardiche robuste e ben irrorate di vecchi sani e gagliardi in paragone con quelle atrofiche e impregnate di pigmento bruno dei sedentari.

Se per ragioni ovvie l'estensione dagli sforzi fisici ed il riposo prolungato sono indispensabili nella stanchezza cardiaca grave con lesioni anatomiche accentuate, è d'altra parte l'attività muscolare un mezzo in-

dispensabile per mantenere efficiente il cuore e combattere stati iniziali di insufficienza cardiaca. Durante il lavoro fisico si sviluppano sostanze intermedie del ricambio, capaci di rinforzare il miocardio e conosciamo gli effetti utilissimi di una buona ventilazione polmonare sul circolo sanguigno iperteso, che viene riportato verso pressioni normali. L'esercizio fisico non va naturalmente spinto al punto di esaurire tutte le forze di riserva; quando vi è tendenza all'affaticamento cardiaco, bisogna intercalare periodi più o meno frequenti e lunghi di sosta, per dare riposo al miocardio.

Un cenno è indispensabile anche sulla stitichezza; non soltanto determina questa un ristagno nocivo nell'intestino con meteorismo e fermentazioni, ma aggrava la circolazione sanguigna della vena porta e con il diaframma alto ostacola le contrazioni del cuore. Lo svuotamento facile e quotidiano dell'alvo elimina questi danni e costituisce un utile emuntorio della crisi sanguigna; ma non si usino purganti troppo forti, salvo casi di particolare urgenza e si alternino tra loro per evitare l'assuefazione. Ottimi sono i lassativi vegetali; 0,10 di podofila, 0,05 di aloe e di cascara con l'aggiunta di 0,01 estratto di belladonna per eliminare spasmi e accentuati moti peristaltici, formano i componenti di una pillola efficace da prendersi alla sera, con benefico effetto alla mattina dopo. Va notato che l'aloè, tonico-digestivo in piccole dosi (0,02-0,05) e lassativo in dosi superiori (0,1-0,3) era uno dei componenti più in voga dei famosi «elixir di lunga vita», tanto in uso nelle epoche passate.

Col progredire dell'età e con la diminuzione dell'esercizio fisico il sonno diventa più leggero e breve; spesso cambia di ritmo, nel senso che di giorno si sonnecchia e di notte non si può chiudere occhio. La insonnia falcidia il rinvigorismento generale ed il recupero delle forze miocardiche; dispone alla stanchezza del cuore e l'aggrava. Il tormento delle notti bianche si elimina moderando l'iperexcitabilità cerebrale, con mezzi svariati, dalle abluzioni fredde nella stagione calda al bagno caldo durante l'inverno; evitando il sonno diurno; correggendo la vita sedentaria mediante un opportuno moto fisico; provvedendo per un regolare beneficio di corpo; con l'uso di medicamenti e non ultimo, eliminando nei limiti del possibile le cause di preoccupazione e di angustia morale.

Tra i medicamenti efficaci ed innocui sono da menzionare la valeriana (40-60 gocce nell'infuso di camomilla) ed il bromuro (qualche decigrammo, eventualmente associato con pochi centigrammi di lumenale). Non si prescrivono dai più gli oppiacei o solo in caso di necessità assoluta; ma essi sono invece molto consigliabili, perchè oltre che togliere l'insonnia dei cardiopazienti, esercitano una azione benefica sul cuore stesso. Più che la morfina sono da usare gli estratti totali di oppio (sedasol S. A. S., pantergon Erba) oppure la meno costosa tintura di oppio, preparato galenico di pari efficacia, nella dose di 10-20-30 gocce per sera. Gli oppiacei modificano la psiche irritata per

insufficienza di sonno e sostengono il cuore; per accentuarne l'azione si uniscono eventualmente con qualche goccia di tintura di digitale.

**Dietetica.** — L'alimentazione mista con una certa prevalenza di farinacei, riso, torte, bodini, latte, burro, formaggio, verdure, frutta, marmellate con pasti non troppo copiosi e presi con lentezza, rappresenta la dietetica migliore per chi ha una certa età. Poiché anche l'appetito va spesso diminuendo ed i succhi gastrici tendono verso l'ipocloridria, l'alimentazione dovrà essere più che possibile gustosa, senza eccedere, ben inteso, nell'abuso di droghe e di sostanze troppo stimolative.

La prevalenza di cibi ricchi di carboidrati, di latticini e vegetali permette una dietetica poco ricca di cloruro di sodio, mentre le carni, non o poco salate, sono prese mal volentieri e provocano anche disgusto, per cui si resta portati all'uso di troppo cloruro sodico, danneggiando l'apparato circolatorio.

Una giusta misura nella quantità dei cibi va sempre osservata, la sobrietà fa vivere a lungo. Una super-nutrizione dispone all'obesità e affaticando la secrezione digestiva, il rene, le arterie ed il cuore fa precipitare l'età verso la vecchiaia patologica.

A proposito di dietetica è necessario un accenno alle sostanze voluttuarie d'uso comune; non accostarsi ai soliti luoghi comuni che il vino è il latte dei vecchi, che i centenari sono fumatori accaniti, ecc.; ma d'altra parte non si cada nell'eccesso opposto di proscrizioni spietate, capaci soltanto di creare ipocondriaci ed infelici. Un buon bicchiere di vino ed una boccata di fumo favoriscono la digestione e sollevano lo spirito.

**Proflessi morde.** — Grandi ad un certo punto della parabola vitale, non poche persone sottostanno a cambiamenti depressivi della loro merita. Pessimismo e sfiducia, apatie e crepezza circa nei destini si vanno ingenerando con il tempo, sfiduciosità fisico e sulle funzioni viscerali, questa causa di precoce invecchiamento va tenuta sempre presente e deve esser eliminata con una accorta ortopedia psichica, e con l'apprendimento di una saggia filosofia della vita.

La mancanza di fiducia sia da parte di chi apprende le cure sia di chi le riceve, rovina ogni successo; « il maggior segno di perdere è quando non si crede di poter vincere ». Scetticismo verso la medicina e credenza assoluta nella predestinazione caratterizzano un alto personaggio, venuto, non è molto, a morte. Tentativi nel periodo iniziale di stanchezza

cardiaca erano rimasti infruttuosi. Dopo alcuni giorni l'illustre cliente, ritornato in migliori condizioni di salute, mostrava al medico, alquanto contrariato, la medicina intatta che gli aveva prescritta. Ma sappiamo che un periodo di riposo e di riguardi, come era avvenuto in quel caso, può bastare per eliminare i disturbi iniziali della stanchezza cardiaca anche senza medicine. Le manifestazioni ritornarono e si fecero poi serrate, nè valse l'intervento, se pur energico alla ultima ora, per evitare il crollo non desiderato di una esistenza, che una cura tempestiva avrebbe potuto certamente prostrarre.

Certo non è la medicina onnipotente, nè rende immortali i mortali; le sue possibilità però sono assai notevoli per conservare all'organismo fisico una soddisfacente circolazione sanguigna e alla vita psichica la luce spirituale; questi risultati sono tutt'altro che senza valore dal lato familiare, culturale, industriale, politico. Le statistiche internazionali delle società di assicurazione dimostrano che vi è un invecchiamento dei popoli e che il periodo di vita produttiva tra i 18 ed i 65 anni si accorcia già a partire dai 45 anni; aumenta cioè il numero dei soggetti con prestazione debole e sull'orlo della invalidità; specialmente per malattie dell'apparato circolatorio. Opporsi dunque a questo invecchiamento precoce, che si inizia non di rado nella quarantina e di solito verso i 55-60 anni, oltre che essere vantaggioso per i singoli, presenta un interesse altamente sociale, riuscendo utile in ultima analisi a tutta la comunità, che non deve sopportare il gravame di un numero eccessivo di invalidi che non vien orlato di importanti attività, e che, come in quelle socialmente più avanzate, nel paese di cui si parla fornì le migliori produzioni, e cioè, un'attività attiva.

Come abbiamo visto, per il medico cardiologo le combattute, come si dice, « battaglie » per la stanchezza cardiaca sono in un certo senso, in queste sezioni, altre e use sotto l'epiteto generale, il movimento grandioso per la vita umana ed ambientale, instaurato dal Fascismo, teso a migliorare le condizioni, a rinvigorire gli organismi, a sanare l'abitato, a debellare le malattie infettive, il reumatismo, la tubercolosi, a innalzare la cultura popolare e togliere ignoranza e pregiudizi soprattutto in materia di igiene, vien salutato con grandissimo compiacimento dalla cardiologia moderna, quale un potente e indispensabile contributo al raggiungimento integrale di una sana e produttiva longevità umana.

~~335743~~

