Comunicato stampa

**SALUTE IN VACANZA:**

**COSA PORTARE CON SÉ, COSA FARE PRIMA DI PARTIRE**

**NUMERO GRATUITO PER I VIAGGIATORI CON I MEDICI DEL CDI**

*Il Centro Diagnostico Italiano mette a disposizione sette giorni su sette un servizio gratuito di consulenza medica telefonica dedicato ai viaggiatori*

***Milano, 4 luglio 2023*** – Torna il servizio telefonico del Centro Diagnostico Italiano dedicato alla medicina dei viaggi, per rispondere i dubbi dei viaggiatori su profilassi, vaccinazioni, farmaci da mettere in valigia. Dal lunedì alla domenica, sette giorni su sette, dalle 17.00 alle 21.00, chiamando lo 02/78637304 è possibile confrontarsi gratuitamente, al solo costo della telefonata, con uno specialista del CDI e avere tutte le informazioni necessarie per viaggiare sicuri.

**Claudio Droghetti, responsabile dell’ambulatorio medicina dei viaggi del Centro Diagnostico Italiano** commenta: *“Questa iniziativa arriva nel 2023 al suo 18° anno. Riceviamo tra le 15 e le 20 telefonate al giorno: di solito a chiamarci sono le donne e oltre la metà delle richieste riguarda le vaccinazioni obbligatorie, raccomandate o consigliate per le varie mete di viaggio. Molti ci contattano anche per la profilassi antimalarica, per programmarne al meglio le tempistiche e per la gestione di eventuali effetti collaterali o controindicazioni in base alla propria storia clinica. Resta un tema importante anche la profilassi comportamentale, con i consigli sulla prevenzione di malattie da calore, da freddo, da alta quota, il controllo dei sintomi da jet lag, l’igiene di alimenti e bevande e la protezione da animali e insetti potenzialmente pericolosi”.*

**LA FARMACIA DEL VIAGGIATORE** – I 10 consigli del dottor Droghetti

1. Ricordarsi, prima di qualsiasi farmaco aggiuntivo, di mettere in valigia una scorta adeguata al viaggio dei farmaci necessari per le terapie in corso e per le proprie malattie croniche, come l’ipertensione, il diabete, l’asma. Chi è allergico non dimentichi l’antistaminico, così come chi è soggetto a disturbi gastrici dovrebbe avere con sé un antispastico e un gastroprotettore.
2. Per tutti è utile avere con sé un antipiretico come il paracetamolo o l'acetilsalicilico (da non utilizzare però se nella zona di soggiorno esiste il rischio di febbre emorragica), un antidolorifico, un antibiotico a largo spettro (da usare solo in caso di effettiva necessità su consiglio del medico), un antidiarroico e un collirio antinfiammatorio.
3. Una crema cortisonica è utile per eventuali punture di insetti, insieme ai repellenti. Non possono mancare i prodotti per la protezione solare, un paio di occhiali da sole e un cappello.
4. Per i lunghi viaggi in aereo, specie se non si è più giovani e si soffre di qualche problema circolatorio, è opportuno indossare calze compressive.
5. Per chi prevede di salire in alta quota, da valutare con il proprio medico la prescrizione di un farmaco contro il mal di montagna e alcuni presidi utili in caso di piccoli infortuni: bende elastiche e una fasciatura autoadesiva.
6. Un integratore a base di melatonina può aiutare a superare i disturbi legati al fuso orario che cambia, mentre va valutato con il medico l’uso di un ansiolitico ad hoc in caso di paura di volare.
7. Un piccolo kit fornito di disinfettante, cerotti, pinzette, cotone, forbici e acqua ossigenata è utile per qualsiasi destinazione.
8. Da ricordare che i farmaci, anche abituali, non andrebbero mai separati dal bugiardino, la cui consultazione al momento del bisogno può rivelarsi fondamentale.
9. Valutare per tempo la propria copertura vaccinale: oltre alle vaccinazioni specifiche che vanno considerate in base alla destinazione e al periodo del viaggio, tutti dovrebbero avere una protezione aggiornata per difterite-tetano-pertosse che deve essere effettuata ogni 10 anni.
10. Se al rientro da un Paese a rischio malarico si dovesse manifestare febbre, sarebbe opportuno recarsi per una valutazione medica entro 24 ore.

**Centro Diagnostico Italiano (CDI)**

*Il Centro Diagnostico Italiano è una struttura sanitaria a servizio completo orientata alla prevenzione, diagnosi e cura in regime ambulatoriale, di day hospital e day surgery nata a Milano nel 1975. È presente sul territorio lombardo attraverso un network di 33 strutture, collocate a Milano, Corsico, Rho, Legnano, Cernusco sul Naviglio, Corteolona, Pavia, Varese, San Rocco al Porto (LO). CDI è accreditato con il SSN per le aree di laboratorio, imaging, medicina nucleare, radioterapia e visite specialistiche ambulatoriali (sedi Viale Monza, Rho e Cernusco sul Naviglio).  Dispone di un’area privata e di un’area a servizio delle aziende. Con oltre 50 diversi servizi riguardanti numerose aree terapeutiche e 1.000 persone tra medici specialisti, tecnici sanitari, infermieri e impiegati, CDI è al servizio di 400mila utenti all’anno.*

**Ufficio Stampa Centro Diagnostico Italiano**

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano

Sara Boldrin – [sara.boldrin@secnewgate.it](mailto:sara.boldrin@secnewgate.it) – 340/1542593

**Centro Diagnostico Italiano**

Elena Gavardi, responsabile comunicazione – [elena.gavardi@cdi.it](mailto:elena.gavardi@cdi.it)

Stefania Gallo, comunicazione – stefania.gallo@cdi.it