



Salute



## Domanda

Il medico le ha diagnosticato il diabete?

No

Sì

## Spiegazioni e consigli

Il diabete può compromettere la sicurezza al volante. Chi soffre di diabete ha un tasso glicemico troppo alto. I rimedi per abbassarlo sono l'insulina e altri farmaci, un'alimentazione mirata e l'esercizio fisico. Le persone che assumono farmaci antidiabetici sono sempre a rischio di ipoglicemia a causa di fattori quali cambiamenti nella terapia farmacologica, sforzi improvvisi, pasti irregolari o altro. L'ipoglicemia può

alterare la capacità di giudizio o portare alla perdita di coscienza. In queste situazioni il conducente può perdere il controllo del proprio veicolo.

- Informi il medico su eventuali sintomi che potrebbero essere associati al diabete.
- Si attenga ai suoi consigli per quanto riguarda la capacità a guidare in sicurezza.



## Domande

**Ha già avuto un ictus?**

No  Sì

**Se sì, soffre di paralisi, di un senso generale di debolezza o di deficit cognitivi?**

No  Sì

## Spiegazioni e consigli

Una paralisi anche parziale, un senso generale di debolezza o deficit cognitivi successivi a un ictus possono pregiudicare la sicurezza al volante.

- Se ha avuto un ictus, si sottoponga a esami medici approfonditi per determinare se e a quali condizioni può continuare a guidare.
- Tenga presente che una sensazione di vertigine, giramenti di capo o uno stato confusionale rendono la guida estremamente insicura.
- Per guidare un veicolo le servono forza muscolare e buone capacità coordinative. Perdere il controllo di uno o più arti a causa di una paralisi non significa necessariamente non poter più guidare in sicurezza, ma probabilmente dovrà dotare il suo veicolo di ausili speciali. Per saperne di più, si rivolga alla sezione della circolazione del suo cantone.



## Domanda

**Il medico le ha diagnosticato il morbo di Parkinson?**

No  Sì

## Spiegazioni e consigli

I sintomi tipici del morbo di Parkinson sono tremore, lentezza dei movimenti e rigidità, tutti fattori che possono pregiudicare l' idoneità alla guida, visto che rallentano notevolmente la velocità di reazione: il conducente non riesce a reagire con la dovuta tempestività a una situazione in continuo mutamento.

- È importante essere consapevoli di questi sintomi.
- Informi il suo medico se nota un qualsiasi cambiamento.
- Si assicuri, insieme al suo medico, di essere ancora in grado di guidare.



## Domande

**Il medico le ha detto che è soggetto a sincopi o crisi epilettiche?**

No  **Sì**

**Negli ultimi due anni è stato vittima di sincopi o convulsioni?**

No  **Sì**

## Spiegazioni e consigli

Sia la sincope che le convulsioni inducono un'improvvisa perdita di coscienza, cosa che al volante può avere conseguenze fatali. Secondo diversi studi, i conducenti che soffrono di disturbi convulsivi sono più esposti al rischio di subire un incidente e riportare ferite. Per i conducenti affetti da questi disturbi sono applicabili diverse restrizioni e direttive.

- Consulti assolutamente il suo medico in caso di perdita di coscienza improvvisa (sincope o convulsioni). Rinunci a guidare fino al consulto medico.
- Se soffre di un disturbo convulsivo, il suo medico determinerà l'esatta natura del problema e le proporrà una terapia.
- Dopo una sincope il suo medico può stabilire, in base ai sintomi, se è ancora idoneo alla guida.



## Domande

**Quanto spesso le capita di avere difficoltà a rimanere sveglio?**

Mai     Di rado     **A volte**     **Spesso**

**Quanto spesso le capita di avere difficoltà ad addormentarsi o riaddormentarsi di notte?**

Mai     Di rado     **A volte**     **Spesso**

**Le hanno già detto che russa forte?**

No     **Sì**

**Negli ultimi due anni le è capitato di addormentarsi al volante?**

No     **Sì**

**Il medico le ha detto che soffre di apnee notturne o di narcolessia (p. es. pause in cui si rimane senza respiro e/o sonnolenza diurna)?**

No     **Sì**

## Spiegazioni e consigli

Le apnee notturne e la narcolessia possono compromettere la sicurezza al volante. Le apnee notturne sono dovute al collasso dei muscoli della faringe durante il sonno, con conseguente interruzione della respirazione. Questo disturbo provoca uno stato di sonnolenza e stanchezza durante il giorno. Chi ne soffre rischia di addormentarsi di colpo ed è quindi maggiormente esposto al rischio di incidente.

Anche la narcolessia causa sonnolenza e stanchezza. Chi ne soffre può essere vittima di un colpo di sonno e rischia quindi più di altri di subire un incidente. Anche i farmaci prescritti contro la narcolessia possono alterare la capacità di guida.

- Un forte russamento può essere sintomo di apnee notturne.
- In ogni caso per curarle ci vuole una diagnosi precisa che il medico può formulare solo dopo un periodo di osservazione in un laboratorio del sonno.
- Eventualmente si dovranno prevedere restrizioni alla guida di un autoveicolo.
- Tenga presente che l'efficacia degli espedienti applicati per tenersi svegli al volante è quasi sempre di breve durata.



## Domanda

**Il medico le ha diagnosticato una demenza o il morbo di Alzheimer?**

No  **Sì**

## Spiegazioni e consigli

La demenza e il morbo di Alzheimer compromettono la memoria a breve termine e la capacità di giudizio, due condizioni indispensabili per poter prendere decisioni in rapida successione quando si è al volante.

- Segua i consigli del suo medico circa la guida di un'automobile.
- Si metta al volante solo quando c'è poco traffico ed eviti qualsiasi condizione sfavorevole (ad es. maltempo, strade ghiacciate).
- Faccia esclusivamente tragitti brevi e diretti.

- Non circoli troppo velocemente né troppo lentamente.
- Guidi in modo difensivo e previdente.
- Chieda a familiari, amici e vicini di esprimersi sinceramente sulla sua capacità di guidare in sicurezza.
- In caso di grave perdita di memoria, disorientamento o altri deficit cognitivi deve smettere di guidare. In caso di dubbi è opportuno sottoporsi regolarmente a esami di idoneità alla guida.