

PRIMO PIANO

Calda estate

- Il tumore della mammella
- Solidarietà per la Siria
- Helicobacter

2013

RANBAXY

SANDOZ
A healthy decision

MAXEG®
EuroGenerici

**FARMA
UNITI** News
NOTIZIE PER LA TUA SALUTE

Lasonil antidolore

Ibuprofene sale di lisina 10% gel
Tubo da 50g uso cutaneo



*Indicato per il
trattamento locale di:*

- **contusioni**
- **distorsioni**
- **dolori muscolari**
- **strappi**
- **torcicollo**



Caro amico lettore,

continuiamo con l'informazione riguardante la diagnosi precoce e la prevenzione.

È in questo campo che il tuo farmacista ti può essere utile con un consiglio appropriato. Ricordati inoltre l'aiuto che abitualmente puoi avere nella tua farmacia per controllare:

- la corretta applicazione della posologia prescritta dal medico;

- la data di scadenza dei prodotti che hai in casa, nel tuo armadietto dei medicinali, a che cosa servono o perché ti erano stati prescritti, se non te lo ricordi più.

Questi errori nel corretto utilizzo dei medicinali, che possono avere anche delle gravi conseguenze, li puoi evitare facilmente chiedendo al tuo farmacista che sarà ben lieto di aiutarti.

Ricordati inoltre di utilizzare il nostro servizio "una domanda a...", non ti costa assolutamente nulla ma ti può essere molto utile.

Buona estate a tutti!

Roberto Emer



...
□ ...

pag. 4

...
□ ...

pag. 7

...
□ ...

pag. 11

Una domanda a...

**I nostri specialisti sono a vostra disposizione:
inviate le vostre domande a
ilmedicorisponde@farmauniti.it
e troverete le risposte in una rubrica dedicata
nei prossimi numeri.**

Farmauniti News - Notizie per Te
Rivista bimestrale
della Società Cooperativa Farmauniti
Via Sant'Anselmo, 14 - 10125 Torino
www.farmauniti.it

Iscrizione al Tribunale di Torino
n. 57/11 del 12/09/2011

Tiratura
102.000 copie

Direttore responsabile
Roberto Emer

Comitato di redazione
Marco Aggeri
Roberto Bruno
Anna Maria Coppo
Roberto Mutti
Giliola Rosso

Hanno collaborato
Pierpaolo Berra
Maria Teresa Castiglioni
Diletta Fiancaca
Carlo Graziani
Marina Scavini

Progetto e realizzazione grafica
SGI srl - Società Generale dell'Immagine
Via Pomaro, 3 - 10136 Torino

Concessionario pubblicità
SGI srl - Società Generale dell'Immagine
Via Pomaro, 3 - 10136 Torino
www.sgi.to.it - info@sgi.to.it
tel. 011 35 99 08 - fax 011 329 06 79

Stampa
La Terra Promessa Onlus
Novara

Chiuso in tipografia il 28 giugno 2013

 **SANDOZ**
A healthy decision

Ministero della Salute: ECCO COME DIFENDERSI DALLE ONDATE DI CALORE

Un decalogo per affrontare le ondate di calore ed evitare rischi per la salute: è quello diramato dal Ministero della Salute, per i giorni in cui, in numerose città Italiane, la situazione meteo potrà avere effetti negativi sulla salute della popolazione, soprattutto nei gruppi più vulnerabili. Bisogna prestare particolare attenzione a: anziani soli, malati cronici, neonati e bambini molto piccoli, donne in gravidanza e senza fissa dimora. Ecco le dieci regole per limitare l'esposizione alle alte temperature ed evitare il rischio di disidratazione.

USCIRE DI CASA NELLE ORE MENO CALDE DELLA GIORNATA

Evitare di uscire all'aria aperta nelle ore più calde, cioè dalle ore 11.00 alle 18.00. Se si deve uscire è importante proteggere il capo con un cappello di colore chiaro e gli occhi con occhiali da sole; inoltre è opportuno proteggere le parti del corpo esposte al sole con creme solari ad alto fattore protettivo.

INDOSSARE UN ABBIGLIAMENTO ADEGUATO E LEGGERO

Sia in casa che all'aperto, è opportuno indossare abiti leggeri, non aderenti, preferibilmente di fibre naturali per assorbire meglio il sudore e permettere la traspirazione della cute.

RINFRESCARE L'AMBIENTE DOMESTICO E DI LAVORO

Utilizzare schermature, tapparelle e persiane chiuse, alle finestre esposte al sole. Chiudere le finestre durante il giorno e aprirle durante le ore più fresche della giornata (la sera e la notte), per consentire il ricambio dell'aria interna con aria esterna più fresca.

Se si utilizza l'aria condizionata, ricordarsi che questo efficace strumento va utilizzato adottando alcune precauzioni per evitare conseguenze sulla salute e eccessivi consumi energetici. In particolare, si raccomanda di utilizzarli preferibilmente in presenza di elevate temperature ambientali, di mantenere la temperatura tra i 24°C - 26°C, evitando grandi sbalzi rispetto all'esterno;

è importante coprirsi nel passaggio da un ambiente caldo ad uno più freddo; infine si raccomanda di evitare l'uso contemporaneo di elettrodomestici che producono calore e consumo di energia e di non trascurare la manutenzione dell'impianto e la pulizia regolare dei filtri.

RIDURRE LA TEMPERATURA CORPOREA

Fare bagni e docce con acqua tiepida o bagnarsi viso e braccia con acqua fresca; può essere utile anche porre un panno bagnato sulla nuca.

RIDURRE IL LIVELLO DI ATTIVITÀ FISICA

Nelle ore più calde della giornata evitare di praticare all'aperto attività fisica intensa o lavori pesanti

BERE CON REGOLARITÀ ED ALIMENTARSI IN MANIERA CORRETTA

Quando fa molto caldo si perdono liquidi e sali minerali con la sudorazione intensa, per questo motivo occorre bere almeno 2 litri di acqua al giorno (salvo diversa indicazione del medico curante). Gli

anziani ed i bambini sono particolarmente a rischio di disidratazione.

Evitare di bere alcolici e limitare l'assunzione di bevande gassate o troppo fredde.

Mangiare preferibilmente cibi leggeri e con alto contenuto di acqua (insalata e frutta). Porre particolare attenzione alla conservazione degli alimenti ed evitare di lasciarli all'aperto per più di 2 ore.

CONSERVARE CORRETTAMENTE I FARMACI

Leggere attentamente le modalità di conservazione riportate sulle confezioni dei farmaci e conservare tutti i farmaci nella loro confezione, lontano da fonti di calore e da irradiazione solare diretta. Conservare in frigorifero i farmaci per i quali è prevista una Temperatura di conservazione non superiore ai 25-30°C.

ADOPTARE ALCUNE PRECAUZIONI SE SI ESCE IN MACCHINA

Quando si deve entrare in un'auto parcheggiata al sole è necessario aprire i finestrini



e gli sportelli prima di sedersi nella vettura, quindi iniziare il viaggio a finestrini aperti o utilizzare il sistema di climatizzazione. Prestare attenzione nel sistemare i bambini sui seggiolini di sicurezza, verificare che non siano surriscaldati. Quando si parcheggia la macchina non lasciare mai, nemmeno per pochi minuti, persone o animali nell'abitacolo.

ADOPTARE PRECAUZIONI PARTICOLARI

Quando arriva il gran caldo, le persone anziane, con patologie croniche (cardiovascolari, respiratorie, neurologiche, diabete ecc) e le persone che assumono farmaci, devono osservare alcune precauzioni particolari:

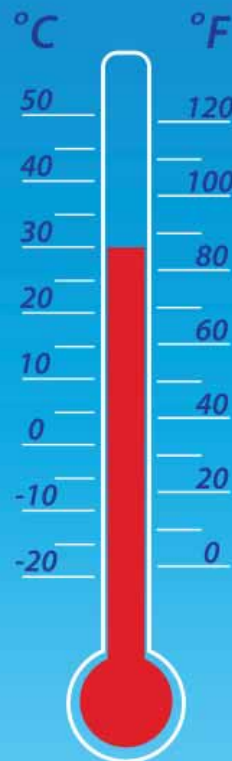
- consultare il medico per un eventuale aggiustamento della terapia e della frequenza dei controlli clinici e di laboratorio (ad esempio per i diabetici è consigliabile aumentare la frequenza dei controlli glicemici);

- segnalare al medico qualsiasi malessere, anche lieve, che si manifesta durante la terapia farmacologica;
- non sospendere mai di propria iniziativa la terapia in corso.

SORVEGLIARE E PRENDERSI CURA DELLE PERSONE PIÙ FRAGILI

Nei periodi prolungati di caldo intenso, prestare attenzione a familiari o vicini di casa molto anziani, specialmente se vivono da soli e, ove possibile, aiutarli a svolgere alcune piccole faccende, come fare la spesa, ritirare i farmaci in farmacia, ecc.. Segnalare ai servizi socio-sanitari eventuali situazioni che necessitano di un intervento, come persone che vivono in situazioni di grave indigenza o di pericolo per la salute (come le persone che vivono per strada).

fonte: Ministero della Salute



ATTENZIONE! NON SI DEVE LASCIARE PER NESSUN MOTIVO UN BAMBINO SOLO IN MACCHINA: NEI BAMBINI È ALTO IL RISCHIO DI MORTE PER IPERtermia (COLPO DI CALORE). L'IPERtermia PUÒ VERIFICARSI ANCHE NELLE GIORNATE CON TEMPERATURE INTORNO AI 22°C. INFATTI L'ABITACOLO DELLA MACCHINA PUÒ SURRISCALDARSI (SPECIE SE L'AUTO È PARCHEGGIATA AL SOLE) SINO A SUPERARE I 40°C. QUANDO SI TRASPORTA UN BAMBINO SUL SEDILE POSTERIORE DELL'AUTO, È OPPORTUNO LASCIARE I PROPRI OGGETTI PERSONALI (BORSA, TELEFONO, VALIGETTA, ECC.) SUL SEDILE POSTERIORE, VICINO AL PICCOLO. QUEST'ABITUDINE PUÒ AIUTARE A NON DIMENTICARE, QUANDO SI ESCE DALLA MACCHINA, CHE SI È TRASPORTATO UN BAMBINO CON SÉ; INOLTRE È BENE PORRE GLI OGGETTI PERSONALI DEL BAMBINO (PANNOLINI, BORSE E BIBERON) SUL SEDILE ANTERIORE, IN MODO CHE AIUTINO A RICORDARSI DELLA PRESENZA DEL BAMBINO IN MACCHINA.

SE VEDI UN BAMBINO SOLO IN MACCHINA CHIAMA IMMEDIATAMENTE IL 112 O IL 113.



►►►► Sovrappeso e Obesità problema attuale?

Molti degli italiani accusano questo problema.
La causa? Una scorretta alimentazione e uno stile di vita sedentario.

La nostra alimentazione è oggi ricca di carboidrati complessi e questo può spiegare, in parte, un'incidenza così importante di persone che soffrono di queste problematiche.

La maggior parte degli zuccheri assunti con la dieta derivano dai carboidrati complessi che sono alla base della nostra alimentazione.

Le fonti principali sono soprattutto pane, pasta, riso e patate.

Cibi contenenti carboidrati complessi

Molto ricchi	Mediamente ricchi
Pasta	Patate
Riso	Mais
Pizza	Piselli
Pane, grissini	Lenticchie
Corn flakes	Fagioli
Crackers	Barbabietole

Data la loro diffusa presenza è difficile regolarne la quantità per ogni singolo pasto e nel totale della giornata.

Inoltre l'effetto dei carboidrati complessi è influenzato dall'Indice Glicemico che, per gli alimenti raffinati e ricchi di amidi, è particolarmente elevato.

Oggi in farmacia puoi provare

Kiločal

medical-slim

con KiloCapto®

Un nuovo prodotto utile per il controllo del peso, la prevenzione e il trattamento del sovrappeso e dell'obesità.

Kilocal Medical-Slim con **KiloCapto®** è indicato nelle diete particolarmente ricche di carboidrati complessi per ridurre l'assorbimento giornaliero degli zuccheri. La compressa contiene 100 mg di **KiloCapto®**, un complesso glicoproteico formato da proteine non OGM di fagiolo, che promuove il dimagrimento grazie all'azione locale di rallentamento dei meccanismi che portano alla degradazione e poi all'assorbimento dei carboidrati complessi, con conseguente riduzione dell'apporto calorico.

L'aggiunta del *simeticone* limita i fastidiosi gonfiori

addominali. I carboidrati complessi non degradati vengono espulsi con le feci.

Due compresse di **Kilocal Medical-Slim** possono inibire l'assorbimento di carboidrati complessi. Una conseguenza indiretta del blocco dell'assorbimento degli zuccheri è la riduzione dei picchi postprandiali di glicemia.

Kilocal Medical-Slim è utile nel favorire la riduzione dell'assorbimento dei carboidrati complessi.

La diminuzione dell'assimilazione dei carboidrati, riducendo l'apporto calorico, determina una perdita di peso. Un calo ponderale, migliora i disturbi associati all'obesità e al diabete.

Kilocal Medical-Slim se associato ad una dieta ipocalorica, e ad una adeguata attività fisica, è un utile coadiuvante per il controllo del peso e la prevenzione ed il trattamento dell'obesità. In caso di dubbio chiedere al medico o al farmacista notizie e consigli per uno stile di vita sano.



INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

Per una pelle sana e bella. Naturalmente.

Smagliature, cicatrici, invecchiamento cutaneo?

In farmacia nuovi "dermo-trattamenti repair".

Le **smagliature**, spesso causate da aumenti di peso o gravidanza, sono tra gli inestetismi femminili più frequenti. Le **cicatrici** sono le conseguenze visibili di un trauma o di un intervento chirurgico.

Eliminarle completamente non è possibile, ma si possono rendere meno evidenti. L'**invecchiamento cutaneo** è un fenomeno biologico ineluttabile: già al termine della crescita la pelle comincia ad invecchiare!



Da oggi possiamo fare molto per attenuare smagliature, cicatrici e rallentare gli effetti visibili dell'invecchiamento grazie a **Kute-Oil repair** e **Kute-Cream repair**, due innovativi dermo-trattamenti multifunzionali.

La molteplicità di azioni svolte (**tonificante, ricompattante, elasticizzante, rigenerante, idratante, anti-age**) ne fanno due trattamenti specifici per correggere gli inestetismi di **viso, mani e corpo**.

La miscela di ingredienti naturali e l'assenza di sostanze allergizzanti definiscono il profilo di massima sicurezza di **Kute-Oil repair** e **Kute-Cream repair**.

Il **Dragoxat**, innovativo ingrediente presente in **Kute-Oil repair**, favorisce il **rapido assorbimento** degli attivi, mentre il **Lipomoist 2013** presente in **Kute-Cream repair** crea sulla pelle un film altamente idratante e protettivo.

Kute-Oil repair e **Kute-Cream repair** sono disponibili rispettivamente in flacone da 60 ml e in tubetto da 100 ml.

Dalla ricerca Hynecos Research Da Pool Pharma in farmacia.

SIIT s.r.l.
Via Ariosto, 50/60
20090 Trezzano
sul Naviglio (MI)

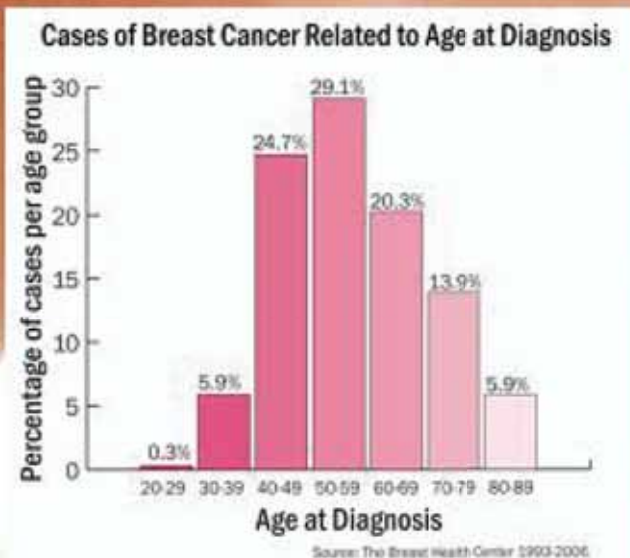
È un Dispositivo Medico CE 0426 Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Aut. Min. del 22/03/2013

Da
POOL PHARMA
IN FARMACIA
www.poolpharma.it

Il tumore alla mammella

Il carcinoma mammario è il tumore femminile più frequente nei paesi industrializzati. Si calcola che una donna su nove sarà colpita dal tumore nel corso della vita.

sulla evoluzione naturale della malattia: oggi sappiamo che il cancro nasce come patologia locale, limitata alla mammella, ma con il tempo può diventare sistemica, diffusa a tutto l'organismo.



La maggioranza dei tumori viene diagnosticata tra i 50 e 60 anni (circa il 30%), ma un caso su quattro si manifesta tra i 40 e 50 anni (circa 25%). Le possibilità di sopravvivenza dei soggetti colpiti dal carcinoma della mammella sono in gran parte legate alla diagnosi precoce. Il razionale di questa affermazione è basato sulle conoscenze a disposizione

Se la malattia viene scoperta in una fase iniziale, quando le dimensioni del tumore sono ridotte, le probabilità di guarigione sono molto alte: in caso di una piccola lesione, inferiore ad un centimetro di diametro, la sopravvivenza a 15 anni è superiore al 90%. Se invece il tumore viene diagnosticato quando ha già raggiunto notevoli dimensioni, le possibilità di sopravvivenza a distanza si riducono considerevolmente.

Fattori genetici

I familiari di primo grado di una donna affetta da carcinoma della mammella presentano un rischio di sviluppare questa neoplasia quasi doppio rispetto alla popolazione senza familiarità.

È però importante sottolineare il fatto che il carcinoma della mammella sporadico è così frequente, che la maggior parte delle donne con un parente affetto, non appartiene a famiglie ad alto rischio.

La situazione cambia se i familiari ad essere colpiti dal tumore sono due o più di due, soprattutto in giovane età e/o con tumori bilaterali.

Nella maggior parte di queste famiglie esiste una mutazione genetica nei geni *brca-1* (breast carcinoma 1) o *brca-2* (breast carcinoma 2), che è alla base della maggior parte dei carcinomi mammari ereditari a trasmissione dominante.

Il gene *brca 1* è anche un fattore predisponente per il carcinoma dell'ovaio.

Prevenzione

Sempre maggiore importanza viene data oggi anche al raggiungimento e mantenimento di uno stile di vita sano, in grado di ridurre l'incidenza di nuovi tumori ed anche il numero di recidive in donne già colpite dalla malattia. Il consiglio è di seguire un tipo di alimentazione ricco di cereali (il più possibile integrali), frutta, verdura e povero di cibi grassi e proteici. Nella gravidanza e nell'infanzia dei nostri figli una dieta corretta può avere un particolare significato preventivo. Nelle donne che hanno subito un intervento al seno e che quindi hanno un rischio più elevato rispetto alla popolazione generale, la giusta alimentazione e il costante esercizio fisico (che servono anche ad evitare l'obesità, altro fattore di rischio) sicuramente hanno un ruolo nel ridurre la probabilità di recidive della malattia.

La prevenzione più importante per questo tipo di

tumore sembra attualmente quella secondaria, che si basa sull'effettuazione periodica dei controlli suggeriti dalle linee guida, il più importante dei quali è rappresentato dalla mammografia, esame in grado di diagnosticare carcinomi ancora in fase preclinica. Una diagnosi precoce permette il trattamento della malattia in uno stadio con una migliore prognosi e l'applicazione di terapie chirurgiche e mediche meno aggressive e meno invalidanti.

La diagnosi precoce comporta anche grandi vantaggi dal punto di vista terapeutico. Infatti, in caso di tumore iniziale, i trattamenti necessari sono spesso più semplici e comportano, nella maggior parte dei casi, un intervento chirurgico di tipo conservativo, cioè con asportazione solo del nodulo o comunque di una piccola parte della mammella, con indubbi vantaggi clinici, estetici e psicologici. In caso di tumore avanzato, invece, sono quasi sempre necessarie terapie aggressive,

con interventi chirurgici ampiamente demolitivi e successivi trattamenti di radioterapia e chemioterapia. Anche per la collettività i vantaggi della diagnosi precoce sono considerevoli: il trattamento delle forme avanzate di tumore comporta, infatti, costi economici e sociali elevatissimi, con enormi difficoltà nell'organizzazione e gestione delle risorse. Il corretto iter diagnostico in senologia si avvale principalmente di visita senologica, ecotomografia e mammografia.

L'indicazione alla esecuzione delle indagini dipende dalla età della paziente e dalla presenza o meno di eventuali sintomi. Generalmente dopo i 40 anni è consigliabile eseguire la mammografia con cadenza annuale, accompagnata sempre dalla visita senologica e se necessario dalla ecotomografia.



Autopalpazione

Con un attento esame del proprio seno, una donna può imparare a conoscerne la sua normale struttura ed a capire quando si verifica qualche cambiamento. E' importante che l'autopalpazione sia eseguita correttamente, una volta al mese e sempre nello stesso periodo. Le donne in età fertile possono eseguirla alcuni giorni dopo il termine del ciclo mestruale, quando la mammella è meno tesa e dolente. Le donne in menopausa possono eseguirla il primo giorno di ogni mese.

Visita senologica

È l'esame di base in diagnostica senologica e deve essere l'occasione per affrontare con la donna il problema del tumore della mammella. **Fa parte integrante degli accertamenti diagnostici strumentali, fornendo guida alla esecuzione e aiuto alla interpretazione.** Rimane tuttora l'indagine

fondamentale ed insostituibile in presenza di un sintomo. Nelle utenti sintomatiche l'esame clinico deve sempre precedere l'espletamento delle metodiche strumentali e deve contribuire con "pari opportunità" alla sintesi interpretativa. Per questo motivo è **indispensabile che l'esame clinico sia espletato dal medico radiologo che si accinge a praticare l'indagine strumentale** anche se la donna è stata già visitata da altri specialisti. È necessario tenere presente che se pur il contributo diagnostico dell'esame clinico è modesto, il suo contributo in termini di informazione corretta della donna, di coinvolgimento attivo e di rinnovato rapporto medico-paziente **è da ritenersi insostituibile.** Visita senologica è dunque insieme informazione, raccolta anamnestica, esame obiettivo, confronto con esami precedenti, spiegazione dei referti e dei limiti degli esami, indicazioni al comportamento clinico da seguire, programmazione dei controlli periodici.

Table 1: Lifetime breast cancer risk		
	Lifetime breast cancer risk	Median age of breast cancer onset (y)
General population	11%	61
BRCA1	65%	43
BRCA2	45%	41



L'HERPES LABIALE È UN'INFEZIONE CAUSATA DA UN VIRUS, CHIAMATO HERPES SIMPLEX TIPO 1 (HSV-1), CHE COMPARE GENERALMENTE SULLE LABBRA.

COME SI ENTRA IN CONTATTO CON IL VIRUS

Il contagio del virus può avvenire per trasmissione dalla madre al momento della nascita o per contatto con individui infetti. Il virus, una volta contratto, non sempre determina in maniera immediata un'infezione nella zona delle labbra: può infatti rimanere latente all'interno dell'organismo, per poi manifestarsi con recidive in presenza di fattori scatenanti.

COME SI MANIFESTA

Inizialmente, l'herpes labiale si manifesta con un leggero pizzicore e un senso di calore su un punto arrossato del labbro. Nel giro di poche ore, si formano alcune vescicole ripiene di liquido che, una volta terminato il processo infiammatorio, formano una piccola crosta che scompare nel giro di 7-10 giorni. Le caratteristiche dell'infezione erpetica sono la recidività, poiché compare con facilità anche più volte durante l'anno, e la contagiosità, per la facile trasmissione da un individuo all'altro.

LE CAUSE DELLE MANIFESTAZIONI DELL'HERPES LABIALE

La manifestazione dell'herpes labiale è associata alla presenza di una serie di fattori scatenanti, quali:

- radiazioni ultraviolette emesse dal sole e dalle lampade abbronzanti;
- abbassamento delle difese immunitarie;
- stress (fisico o psichico);
- febbre;
- periodo premenstruale.

L'esposizione alle radiazioni solari è tra le cause più frequenti di recidive da herpes labiale; le labbra, diversamente dalle altre parti del corpo, non contengono la melanina, naturale filtro UV nei confronti dei raggi solari, pertanto risultano più delicate. In ogni caso di esposizione al sole, le radiazioni solari esercitano intensamente e rapidamente i loro effetti negativi, stimolando l'azione del virus, che approfitta della difficoltà del tessuto per fare la sua comparsa.

HERPESUN® DEFEND: COS'È

È un dispositivo medico che si presenta sotto forma di stick labiale, specificamente formulato per la prevenzione dell'herpes provocato dalle radiazioni ultraviolette, da utilizzarsi in tutte le occasioni di esposizione al sole o a lampade abbronzanti. La sua specifica formulazione contiene:

- uno schermo per le radiazioni ultraviolette dei raggi solari;
 - un mix di estratti ed olii di derivazione vegetale, particolarmente utili per l'idratazione e la riepitizzazione delle labbra.
- Mantenere infatti una corretta idratazione delle labbra è importante perché aiuta a prevenire l'insorgere di nuove recidive.

HERPESUN® DEFEND: COME FUNZIONA

Per prevenire l'herpes labiale provocato dal sole, HERPESUN® DEFEND contiene dei filtri solari che agiscono come veri e propri schermi nei confronti dei raggi solari. La presenza di filtri solari fisici permette di schermare sia le radiazioni solari UVA che UVB, che non vengono assorbite dalla superficie cutanea ma riflesse: in questo modo le labbra vengono schermate, ostacolando l'azione del virus e quindi la ricomparsa dell'herpes labiale.

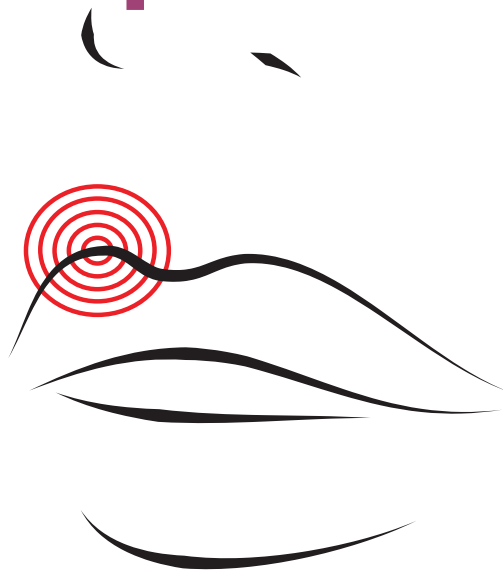
HERPESUN® DEFEND contiene inoltre un mix di estratti ed olii di derivazione vegetale, tra cui l'olio di jojoba che favorisce la corretta idratazione delle labbra, poiché ristabilisce il fisiologico equilibrio idro-lipidico della cute.

HERPESUN® DEFEND è ipoallergenico e ben tollerato dalla pelle.

CONSIGLI PER L'USO

Per ottenere la massima efficacia di HERPESUN® DEFEND, come preventivo specifico per le labbra soggette ad herpes labiale, è utile applicare il prodotto tutti i giorni e più volte al giorno, in ogni occasione di esposizione al sole.

Che cos'è l'herpes labiale



EFFETTO ENERGIA



MAGNESIO POTASSIO SANDOZ®

In caso di eccessiva sudorazione e spossatezza,
facilita l'efficienza fisica svolgendo
un'azione energetica e rivitalizzante.



Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di un sano stile di vita. Si raccomanda di non superare la dose di 3 bustine al giorno.

10/20 bustine effervescenti



a Novartis company



SANDOZ

A healthy decision

La sigla PET significa Tomografia ad Emissione di Positroni. Si tratta di un esame di diagnostica per immagini medico nucleare la cui utilità in ambito oncologico è oramai scientificamente comprovata.

Attualmente tutti i tomografi PET in commercio sono dotati di un tomografo TC (Tomografia Computerizzata) e ciò permette una maggiore accuratezza nella lettura delle immagini.

L'esame PET-TC fornisce informazioni fondamentali dell'intero corpo umano.

Attraverso la PET si raccolgono le informazioni di tipo funzionale legate all'alterato metabolismo delle cellule, mentre la TC (associata) permette una corretta visualizzazione anatomica delle strutture del corpo. La metodica PET-TC viene abitualmente eseguita con modalità "total-body" (in ambito oncologico), ovvero comprendendo l'intero organismo, oppure con modalità "cerebrale" (quest'ultima per approfondimenti in campo neurologico).

In particolare tale metodica si aggiunge o sostituisce procedure multiple di diagnostica tradizionale nello studio dei tumori, ricercando metastasi occulte, valutando la risposta ai trattamenti, dando indicazioni su un eventuale trattamento chirurgico o radioterapeutico o anche nello studio di pazienti in cui vi è il sospetto di un tumore non ancora confermato.

In ambito neurologico la metodica trova applicazione per la valutazione di processi oncologici ma



anche per lo studio della patologia degenerativa. Inoltre la metodica si sta progressivamente affermando anche nello studio di alcune patologie infiammatorie (come la fibrosi retroperitoneale, le vasculiti, la febbre di origine sconosciuta, la spondilodiscite, l'infezione di cisti nel paziente con policistosi epato-renale, ecc). La presenza in commercio di sempre più numerosi radiotraccianti da utilizzare con la stessa metodica

PET-TC è destinata ad incrementarne ulteriormente i campi di applicazione.

COME AVVIENE L'ESAME PET

È indispensabile, prima dell'esame, un digiuno di almeno 6 ore. L'esame inizia con la raccolta dei dati anamnestici e la valutazione della documentazione in possesso del paziente, per orientare

l'indagine.

Viene poi praticato un semplice test per misurare la glicemia; il medico specialista inietta in vena una soluzione di (^{18}F)-FDG, in pratica una soluzione di zucchero marcato, che emette un segnale che la macchina è in grado di localizzare.

Segue un periodo di attesa di circa 45/60 minuti, necessario perché il tracciante si distribuisca nell'organismo. Durante l'attesa si raccomanda di

NORME COMPORTAMENTALI E RISCHI ASSOCIATI ALL'ESAME

A parte l'immobilità durante l'esecuzione dell'esame non è richiesta altra collaborazione, non è prevista alcuna sensazione particolare come dolori, rumori fastidiosi, sbalzi di temperatura, ecc. Nel complesso l'esame PET comporta una dose di esposizione alla radioattività simile a quella dei più comuni esami di diagnostica per immagini che utilizzano radiazioni.

Non sono mai state segnalate reazioni indesiderate in seguito all'iniezione del (^{18}F)-FDG. La somministrazione per via venosa di Fluoro Dessosiglucosio (^{18}F)-FDG necessaria per lo svolgimento dell'esame PET-CT (Positron Emission Tomography - Computerized Tomography) non può provocare shock anafilattico o comunque reazioni di tipo indesiderato.

Non esistono controindicazioni a tale somministrazione e, solo nei casi di insufficienza renale elevata o di iperglicemia non riconducibile a valori inferiori a 180 mgr/dl, l'esame non viene eseguito poiché tali condizioni ne vanificano una corretta utilizzazione.

Talvolta l'iniezione endovenosa della sostanza, che viene sempre praticata dal medico specialista, può rivelarsi difficoltosa. In questo caso verrà preliminarmente inserito un ago cannula.

PRECAUZIONI

- L'eventuale stato di gravidanza, presunta o accertata, rappresenta una controindicazione assoluta all'esame. In questo caso deve essere concordemente valutata con i medici la necessità di eseguirlo ugualmente.
- L'allattamento deve essere interrotto per almeno 6 ore dopo che l'esame è stato completato.
- In presenza di diabete, a causa dell'alterato metabolismo degli zuccheri che rischia di alterare i risultati dell'indagine, l'esame è praticabile solo dopo adeguata preparazione. È quindi indispensabile conoscere l'esistenza di malattia diabetica. Per questa ragione controlliamo prima dell'iniezione il valore della glicemia (che devono essere sempre inferiori a 180 mg/dl).
- L'insufficienza renale determina una riduzione della qualità delle immagini dell'esame PET pur non rappresentando una controindicazione allo stesso.
- I pazienti portatori di protesi ortopediche, di pacemaker cardiaci, di protesi arteriose di accessi venosi impiantati, ecc. non corrono alcun rischio, ma devono segnalarlo al medico che raccoglie i dati anamnestici.

CHE COS'È LA PET

ridurre al minimo l'attività, di non parlare e di bere alcuni bicchieri di acqua. Successivamente il tecnico invita il paziente ad urinare nell'apposito servizio, lo accompagna nello spogliatoio e, indossato un camice pulito, viene fatto/a accomodare sul lettino del tomografo per iniziare l'esame vero e proprio. Nella stanza, durante l'esecuzione dell'esame, della durata di circa 20 minuti, il paziente è solo, ma collegato con i tecnici ed i medici tramite

viva voce e telecamere, dovrà restare fermo e rilassarsi il più possibile. Terminato l'esame, dopo una breve sosta nello spogliatoio per valutare la buona riuscita dell'esame, potrà rivestirsi... ed è tutto finito! Dopo aver lasciato il centro PET sarà necessario evitare, per un periodo di almeno 6 ore, rapporti di vicinanza stretta (distanza inferiore a 1 metro) con donne in stato di gravidanza e minorenni.

Vincenzo Arena
Medico Nucleare
Direttore Sanitario - Imet, Torino
www.imet.com





Contorno occhi

COME PREPARARSI ALL'ESTATE

La **regione perioculare**, o, **contorno occhi**, in virtù delle sue peculiari caratteristiche intrinseche, risulta particolarmente sottoposta a sollecitazioni di varia natura, quali le radiazioni UV, gli agenti atmosferici, le contrazioni muscolari continue, volontarie ed involontarie. Le palpebre sono costituite da tre strati: quello cutaneo, muscolare e fibroso. La cute ha un epitelio particolarmente sottile, il cui spessore è di circa 0.4 mm, rispetto ai 2-3 mm della regione plantare; anche il derma è sottile e lasso, con maggior distensibilità e l'ipoderma quasi assente. Fin dai tempi antichi, il Sole e la sua luce sono stati associati, dagli esseri umani, all'idea di benessere

fisico e psichico. Numerosi studi scientifici hanno però dimostrato che il 70 per cento dell'invecchiamento della pelle dipende proprio dal sole (fotoinvecchiamento o photo-aging).

Il sole, infatti, se preso senza moderazione, causa l'invecchiamento precoce della pelle.

Il fenomeno del photo-aging si manifesta sia sul viso che sul corpo, con sottili rughe nelle zone del contorno occhi, labbra e naso, lentiggini marcate, capillari rotti, macchie e soprattutto l'elastosi solare, il cedimento cutaneo che rende la pelle molle e cadente. Le zone più fotoesposte sono la faccia, il collo, il décolleté e il dorso delle mani.

Un'inadeguata esposizione ai raggi UV può provocare

l'insorgenza di edemi, eritemi, alterazioni pigmentarie e formazione di rughe soprattutto a livello palpebrale. L'ammiccamento, ovvero la chiusura automatica e periodica delle palpebre, risente dei fenomeni di rifrangenza indotti dai raggi solari; a tale quadro può associarsi la fotooftalmia, che può essere rappresentata nei casi più lievi da una semplice congiuntivite iperemica. Opportune lenti protettive assorbono e riflettono le radiazioni e oltre a proteggere l'occhio, consentono di evitare i continui corrugamenti delle regioni perioculari e frontali, i quali a lungo andare vanno ad sommarsi ai danni dell'invecchiamento cutaneo intrinseco.

Kutečur spray

“Pronto Soccorso” domiciliare
per la riparazione della **CUTE LESA**

Eritemi

Scottature

Tagli

Piaghe da decubito

Abrasioni

In caso di tagli, abrasioni, ustioni minori, lesioni cutanee da pressione o da incontinenza, eritemi solari e da pannolino.



Kutečur spray, con Argento Ionico 3% e Aloe Vera, svolge un'azione assorbente nei confronti degli essudati, crea un ambiente pulito idratato e protetto dalla contaminazione microbica, favorendo così il processo di guarigione.

Kutečur spray non contiene componenti di derivazione animale e, grazie al **pratico** formato, è **comodo** da portare con sé per un'applicazione semplice e veloce a casa o fuori.

**Quando la ferita “si fa dura” ...
Kutečurala!**

**Per una pelle
sana e bella.
Naturalmente.**

*Smagliature, cicatrici,
invecchiamento cutaneo?*

*In farmacia nuovi
“dermo-trattamenti repair”.*

Le **smagliature**, spesso causate da aumenti di peso o gravidanza, sono tra gli inestetismi femminili più frequenti. Le **cicatrici** sono le conseguenze visibili di un trauma o di un intervento chirurgico. Eliminarle completamente non è possibile, ma si possono rendere meno evidenti. L'**invecchiamento cutaneo** è un fenomeno biologico ineluttabile: già al termine della crescita la pelle comincia ad invecchiare!



Da oggi possiamo fare molto per attenuare smagliature, cicatrici e rallentare gli effetti visibili dell'invecchiamento grazie a **Kute-Oil repair** e **Kute-Cream repair**, due innovativi dermo-trattamenti multifunzionali.

La molteplicità di azioni svolte (**tonificante, ricompattante, elasticizzante, rigenerante, idratante, anti-age**) ne fanno due trattamenti specifici per correggere gli inestetismi di **viso, mani e corpo**.

La miscela di ingredienti naturali e l'assenza di sostanze allergizzanti definiscono il profilo di massima sicurezza di **Kute-Oil repair** e **Kute-Cream repair**.

Il **Dragoxat**, innovativo ingrediente presente in **Kute-Oil repair**, favorisce il **rapido assorbimento** degli attivi, mentre il **Lipomoist 2013** presente in **Kute-Cream repair** crea sulla pelle un film altamente idratante e protettivo.

Kute-Oil repair e **Kute-Cream repair** sono disponibili rispettivamente in flacone da 60 ml e in tubetto da 100 ml.

**Dalla ricerca Hynecos Research.
Da Pool Pharma in farmacia.**



Durante il processo d'invecchiamento, la pelle subisce delle modificazioni, come la riduzione della secrezione sebacea e l'aumento della xerosi: in virtù della particolare sottigliezza cutanea della zona palpebrale, si assiste ad una perdita d'elasticità con conseguente raggrinzimento della pelle che si raccoglie in pieghe.

Oggi la medicina estetica consente di idratare e ringiovanire, preservando un **aspetto** del tutto **naturale**, la zona perioculare (palpebre) ed il viso in previsione dell'esposizione solare. Si avvale di prodotti innovativi che offrono risultati visibili di lunga durata e che consentono di **riprendere le attività in breve tempo**.

- I **CONCENTRATI PIASTRINICI** o PRP (dall'inglese platelet rich plasma) sono un concentrato di sangue autologo che contiene un numero elevato di piastrine in grado di favorire, mediante il rilascio

di **fattori di crescita**, la rigenerazione dei tessuti. Da anni utilizzati in diversi campi della medicina, quali l'ortopedia, l'oculistica, l'odontostomatologia, la chirurgia maxillo-facciale e recentemente utilizzati per il ringiovanimento cutaneo: si tratta di **una delle ultime novità nel campo della medicina estetica**. Rappresenta, per le pelli giovani, uno strumento di prevenzione, per le pelli mature, un trattamento dell'invecchiamento cutaneo. Un rimedio del tutto naturale per donare **elasticità, turgore e freschezza alla regione palpebrale e perioculare, al viso, al collo, alle mani e ad aree come interno cosce ed interno braccia**.

- Il **NEEDLING** permette di migliorare la luminosità e la compattezza cutanea con conseguente diminuzione delle piccole rughe delle guance, della regione periorale e delle cicatrici da acne. Si avvale di uno

speciale dispositivo che crea sulla cute dei microfori con conseguente stimolazione di nuovo collagene ed elastina a livello del derma.

- I **FILLER**. L'**acido ialuronico** è un elemento naturale presente nell'organismo umano che ha la funzione di mantenere resistenti e in forma i tessuti connettivi della pelle. Vengono praticate delle piccole iniezioni a livello del derma, mediante un'innovativa tecnica che prevede l'utilizzo di una **micro-cannula**, apportando numerosi vantaggi:

- permette di fare poche iniezioni (rischio molto ridotto di ematomi - lividi post trattamento);
 - il fastidio al volto durante il trattamento è ridotto al minimo (possibile applicare del ghiaccio);
 - già subito dopo il trattamento è possibile tornare alla normale vita quotidiana.
 - non sono previste medicazioni successive
- È comunque sempre

indispensabile la visita presso un **chirurgo oculoplastico** per valutare la fattibilità del trattamento in relazione al singolo caso.

- La **Biorivitalizzazione** è un trattamento medico che integra nel derma le sostanze che lo compongono: con acido ialuronico, vitamine, coenzimi, si stimola il microcircolo favorendo il turnover cellulare. svolge principalmente tre funzioni:

- ha un'azione **ristrutturante**, poiché favorisce il turnover cellulare e la produzione di collagene, elastina e acido ialuronico;
 - ha un'azione **anti-ossidante**, in quanto protegge la pelle dai radicali liberi, prodotti da fattori ambientali e radiazioni solari;
 - ha un'azione **idratante** in quanto favorisce il rapido richiamo di acqua nei tessuti.
- Consente di ottenere miglioramenti notevoli in termini di:
- compattezza ed elasticità della pelle;
 - **luminosità e turgore**;
 - **diminuzione** delle rughe sottili;

Il chirurgo oculoplastico, figura altamente specializzata nell'ambito della chirurgia delle palpebre e del viso, dopo un'accurata visita personalizzata, individuerà per ogni paziente quale sia il trattamento migliore da effettuare.

BODY Fibrae

Integratore naturale di fibre



Stress, ansia, disordini alimentari sono i principali nemici del benessere dell'intestino.

Body Fibrae di **Body Spring** è un prodotto a base di fibersol-2, una fibra liquida derivata dal granoturco.

Grazie al suo elevato contenuto (6g di fibra per busta), **Body Fibrae** è la soluzione pratica per una corretta integrazione di fibre in comode buste pronte da bere al gradevole gusto pera o esotico.

Scopri tutte le novità per il tuo benessere su www.bodyspring.com



Aiuto, avrò l'Hel

Le infiammazioni della mucosa gastrica, i bruciori di stomaco, le difficoltà digestive, il reflusso gastroesofageo, l'ernia iatale... Sono disturbi sempre più diffusi e spesso sono dovuti a stress, cattive abitudini come quella di consumare i pasti troppo rapidamente, uso di farmaci tradizionali di cui molti sono irritanti per la mucosa gastrica.

La presenza dell'*Helicobacter pylori* dagli anni '80 è correlata all'infiammazione gastrica, e questo batterio è stato ritenuto il responsabile di molte ulcere gastriche. Si è introdotto l'uso di "eradicarlo" con antibiotici e con l'uso contemporaneo di inibitori di pompa protonica, farmaci ormai largamente usati da gran parte della popolazione. Studi più recenti individuano in questo batterio invece un "commensale", un ospite dotato di attività utili al nostro organismo, come per esempio quella di regolare l'acidità gastrica e di intervenire nella regolazione degli ormoni della fame e della sazietà leptina e grelina, e correlano la sua patogenicità alla localizzazione in particolari aree dello stomaco o ad una alterata regolazione delle sue secrezioni, per cui la sua presenza sarebbe più una conseguenza dell'infiammazione gastrica

piuttosto che la causa. Lo studio di questo batterio ci porta a riflettere sulla grande e benefica popolazione di batteri che vive con noi e per noi. Pensiamo che le cellule batteriche sono 10 volte più numerose di quelle umane, e intervengono ad esempio nel farci assimilare le vitamine, sintetizzando gli enzimi necessari per la produzione di vitamina b12.

Grazie agli enzimi prodotti dal *Bacterioides thetaiotaomicron* del nostro intestino siamo in grado di assimilare i nutrienti di arance, mele, patate, e grazie al *Bacterioides fragilis* il nostro sistema immunitario sta in equilibrio in modo che quando i nostri tessuti si infiammano, intervengono cellule "T" di regolazione ad impedire l'estendersi dell'infiammazione ai nostri tessuti e organi. Tutti noi abbiamo un microbioma fin da piccolissimi, e lo costruiamo man mano grazie alla relazione con l'ambiente che ci sta intorno, iniziando a contaminarci con alcune delle cellule commensali della mamma acquisendole durante il passaggio nel canale del parto, e continuando ad acquisirne con i contatti con i parenti, gli oggetti intorno a noi e con gli alimenti. Arriviamo nella tarda infanzia ad

avere uno degli ecosistemi microbici più complessi del pianeta, in continuo divenire e soprattutto unico per ognuno di noi, tanto che l'esatta combinazione di specie microbiche è diversa da una persona all'altra, e contribuisce al mantenimento della nostra salute.

È quindi facile immaginare come una buona igiene di vita influenzi positivamente il nostro microbioma, come possa essere benefica una alimentazione sana -ricca di vegetali freschi- e un uso accorto e limitato dei farmaci tradizionali. In alcuni casi, se i disturbi digestivi sono importanti, è bene approfondire il problema rivolgendosi al medico, soprattutto se c'è anche perdita di peso, pallore, stanchezza, se gli occhi prendono una colorazione giallognola, o, ancora, se si presenta un vomito persistente o con sangue, se forti dolori gastrici compaiono durante lo sforzo fisico, o se il dolore gastrico si estende alla schiena.

Se c'è una sensazione di bruciore allo stomaco possiamo lenirla con mucopolisaccaridi di altea e malva, con bicarbonati naturali e pensare ai rimedi omeopatici che rapidamente agiscono sulla sensazione di pirosi gastrica.

Per il "brucior di stomaco" possono essere utili diversi rimedi a seconda dei sintomi. Se c'è molta sete di acqua fredda e sensazione di fame costante, anche notturna, e i cibi caldi ci fanno stare peggio, siamo emotivi e c'è qualcosa che ci ha spaventati in questo periodo, si può pensare al rimedio *Phosphorus*.

Per un bruciore gastrico che temiamo correlato all'assunzione di cibi non freschi, se ci sentiamo anche ansiosi, irrequieti e abbiamo più freddo del solito, il rimedio può essere *Arsenicum album*. Di solito in questo caso la sete è per poca acqua per volta.

La pirosi gastrica con eruttazioni acide dopo errori dietetici, il reflusso in persone sedentarie o in sovrappeso (il grasso addominale favorisce il ritorno del cibo verso l'esofago) spesso rispondono bene al rimedio *Sulphur*, adatto a chi ha fame di dolci, di cibi grassi e conditi, è caloroso e ha un mal di stomaco che migliora con bevande tiepide.

Se il brucior di stomaco è accompagnato da eruttazioni e gonfiore e si sta un po' meglio eruttando o massaggiandosi lo stomaco e stando seduti piegati

icobacter?

in avanti, facilmente con Lycopodium il miglioramento sarà rapido. Lycopodium è anche il rimedio adatto a chi si alza di notte per mangiare per lenire l'infiammazione gastrica.

Una persona sovraccaricata, in superlavoro, con forte senso della responsabilità, ansiosa per il futuro col timore di non farcela a gestire tutto e la paura che la mente non regga e si confonda, se ha bruciori di stomaco con eruttazioni acide può giovare di Calcareo carbonica.

Se il gonfiore di stomaco è il disturbo più fastidioso, che accompagna un'indigestione con frequenti eruttazioni, e addirittura "manca il fiato" tanto lo stomaco è gonfio, il rimedio adatto facilmente è Carbo vegetabilis, riconoscibile per il suo desiderio di "farsi aria", per il bisogno d'aria aperta e di ossigeno.

Questo rimedio è adatto anche in stati di collasso: è stato usato con successo per i sintomi da avvelenamento da ossido di carbonio, e nei casi in cui l'indigestione può portare allo svenimento. Carbo vegetabilis deve stare seduto sul letto quando fa fatica a respirare e ha aria nello stomaco, e se riesce a fare qualche ruttino sta meglio. È un rimedio per un organismo lento, apatico, dilatato con le mani e i piedi spesso gonfi e la circolazione lenta. Il sofferente che ha bisogno di Carbo Vegetabilis ha il naso freddo, il fiato freddo, mani e piedi freddi, e questa situazione può derivare anche da cattive abitudini prolungate nel tempo: cibi troppo abbondanti che hanno portato a flatulenza, bruciore di stomaco, dilatazione, aria nauseabonda nell'intestino.

Un miglioramento delle abitudini alimentari e l'assunzione del rimedio Carbo vegetabilis potranno mettere ordine nell'organismo così sofferente.

Se la sensazione è soprattutto di "crampi", di "contrazione" allo stomaco e le eruttazioni non ci fanno stare meglio, siamo irritati, abbiamo lavorato troppo, bevuto più caffè o, ancora, abbiamo una gastrite da consumo di alcol il rimedio adatto è Nux vomica.

Quando la gastrite è accompagnata da alito cattivo, pesantezza digestiva, sentiamo più male dal lato destro e per stare meglio dobbiamo sdraiarsi sul lato sinistro con le gambe tirate su, pensiamo a Chelidonium, utile anche per una indigestione con nausea e flatulenza.

Talvolta chi ha bisogno di Chelidonium cerca di stare meglio bevendo latte caldo, ama i formaggi, ha il collo rigido specie a destra e tende ad essere autoritario e a rimuginare su qualche difficoltà con un'ansia che non dà tregua.

Capita di sentir dire: «Mi sento un sasso sullo stomaco» e vediamo una persona appesantita, che vuol essere lasciata in pace durante i suoi disturbi digestivi con dolori a fitte, che ha bisogno di stare ferma perché altrimenti sta peggio, ha una sete grandissima, è irritabile e spesso preoccupata per gli affari; ha l'intestino bloccato, con marcata secchezza del retto: Bryonia in questo caso darà miglioramento.

Chi assume il rimedio appropriato guarisce rapidamente grazie al mutamento rapido e benefico del campo elettromagnetico e il benessere pervade tutto l'organismo, dalla flora batterica percorsa da un vento positivo all'umore che pare più sollevato e sereno alla digestione più leggera e veloce.

Anna Maria Coppo
Farmacia San Giuseppe,
Settimo Torinese



basta GrattaCapi

1 agita

2 capovolgi

3 applica

4 massaggia

5 lascia agire

6 rimuovi

7 Ripeti entro
8-10 giorni

Milice® è una schiuma termosensibile, a base di piretrine di origine vegetale, efficace contro uova e pidocchi.



MILICE®

150 ml flacone schiuma cutanea

MILICE® è un Presidio Medico Chirurgico.

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.



SANDOZ

A healthy decision

a Novartis company

L'ambulanza dal cuore forte: destinazione Aleppo.

Grande successo per la colletta di farmaci organizzata, il 14 giugno scorso, dall'associazione L'ambulanza dal cuore forte, nata dall'iniziativa della fotoreporter Andreja Restek, con il sostegno di una quarantina di giornaliste torinesi e la collaborazione delle farmacie comunali della Città. Ma la raccolta di fondi per fare arrivare i medicinali all'ospedale di Dar Al Shifaa di Aleppo, in Siria, prosegue.

Il 14 giugno, nelle 34 farmacie comunali di Torino, le giornaliste di Torino, testimonial dell'iniziativa L'ambulanza dal cuore forte, hanno raccolto 2021 confezioni di farmaci, per un valore economico pari a circa 9 mila euro. Si tratta in gran parte di medicinali da banco e di altri presidi sanitari come bende, garze, cerotti, siringhe, a cui si è aggiunta una donazione di farmaci salvavita (come antibiotici e antinfiammatori) da parte delle Farmacie Comunali Torino S.p.A. Anche le farmacie private si sono mobilitate: Farma Onlus, l'associazione senza scopo di lucro che fa capo a Federfarma, ha donato medicinali per un valore di circa 5 mila euro. Si tratta, anche in questo caso, soprattutto di antibiotici e farmaci specifici contro malattie come la leishmaniosi e la scabbia, indispensabili nelle zone di guerra. Terminata con successo la prima fase di colletta dei medicinali, prosegue, invece, la raccolta fondi per finanziarne il trasporto, per mezzo di un'ambulanza (che sarà anch'essa donata), all'ospedale Dar Al Shifaa di Aleppo, in Siria. Ad oggi sul conto corrente intestato all'Associazione L'Ambulanza dal Cuore Forte (Iban: IT94T0343131112000000168280) ci sono circa 6 mila euro, frutto di donazioni di privati cittadini, associazioni ed eventi di auto finanziamento. Risorse a malapena sufficienti per far fronte alle spese della prima missione (i costi di trasporto e sdoganamento porteranno via, da soli, circa 5 mila euro, senza contare le spese per la manutenzione del mezzo e fronteggiare le eventualità più disparate). Per questo, L'Ambulanza dal Cuore Forte si appella, ancora una volta, alla generosità, fin qui straordinaria, di cittadini e istituzioni. L'ambulanza, che è stata donata da un'altra

associazione, la M.A.S. CTH Onlus, si trova attualmente presso un meccanico che l'ha revisionata ed è in buone condizioni. Del suo trasferimento si farà carico un armatore (Medcrossline), individuato grazie alla preziosa collaborazione dell'Interporto Sito di Orbassano, che condurrà il mezzo e il suo carico fino al confine con la Siria. L'avvio della prima spedizione è imminente, anche se il difficile contesto internazionale e una serie di problemi di carattere logistico hanno impedito la partenza entro fine giugno, come previsto inizialmente.

Una volta in possesso di tutti i documenti richiesti dalle autorità competenti, Andreja Restek, fotoreporter torinese, da cui ha preso il via l'iniziativa, seguirà in prima persona la spedizione.

Il progetto L'ambulanza dal cuore forte è nato da una promessa che Andreja ha fatto, dopo aver visitato la Siria per un reportage fotografico tra ottobre e novembre 2012: che sarebbe ritornata presto per portare farmaci all'ospedale di Dar El Shifaa. Così, grazie al sostegno di una quarantina di giornaliste di Torino, coordinate dalla collega Maria Chiara Voci e di altri professionisti (grafici, programmatori, esperti di comunicazione), è iniziata la raccolta di fondi e medicinali. Fino al 28 giugno, inoltre, gli scatti della fotoreporter, cruda testimonianza della tragedia che la popolazione civile siriana sta vivendo, sono stati in mostra all'Urban Center di Torino, in piazza Palazzo di Città 8/F. Il comune di Torino e l'Associazione Stampa Subalpina, che ha anche contribuito con una donazione, patrocinano l'iniziativa. Hanno raccolto o stanno raccogliendo fondi anche: il Lions Club International di Torino; l'Officina dello Stile (rete di saloni di parrucchieri ed estetica); il Liceo Alfieri di Torino; il Circo Vertigo, che devolverà un euro per ogni biglietto venduto del Festival Sul Filo del Circo; i dipendenti della Conbipel. Si ringrazia inoltre il laboratorio di comunicazione Eggers 2.0 per la preziosa collaborazione.

Per ulteriori informazioni, è stato allestito il sito web: ambulanzadalcuoreforte.wordpress.com. carlaruffino80@gmail.com

**LE GIORNALISTE
DI TORINO
PER UN AIUTO
"IN PILLOLE"
ALL'OSPEDALE
DAR AL SHIFAA**



Carla Ruffino

Il momento di cambiare

Quando si tratta di metodi contraccettivi, tendiamo a scegliere quello che conosciamo, anche se non siamo soddisfatte al 100%. Se hai dei dubbi, forse è il momento di prendere in considerazione un'alternativa...

Quand'è stata l'ultima volta che ti sei soffermata a riflettere sul tuo metodo contraccettivo? Probabilmente usi il tuo metodo anticoncezionale, qualsiasi esso sia, da molto tempo, anche se non sei del tutto soddisfatta.

Una scelta personale

Il metodo contraccettivo è una scelta molto personale. Anche se metà delle donne si confronta con le amiche, quello che va benissimo per la tua migliore amica, potrebbe non essere la soluzione giusta per te. Inoltre, anche le preferenze del partner sono importanti. Allora come prendiamo una decisione così importante? La maggior parte delle donne europee si rivolge principalmente al proprio medico. Infatti, molte donne consultano il medico di base per un consiglio², chiedendo un metodo contraccettivo che sia veloce e comodo allo stesso tempo e che non intralci la spontaneità in camera da letto. Quando scegliamo il metodo contraccettivo tendiamo a continuare anche se questa scelta non sempre soddisfa le nostre esigenze.

Per maggiori informazioni su Persona e per verificare se è una soluzione adatta a te, visita il sito

www.persona.info

Persona



Opzioni alternative

Se hai dei dubbi sul tuo attuale metodo contraccettivo o se ritieni che non sia quello giusto per te e il tuo partner, forse è il momento di cambiare. C'è una tendenza crescente verso l'adozione di approcci diversi nella nostra

vita quotidiana, scelte che si riflettono anche in termini di contraccettivi.

Il momento di cambiare

Se hai una relazione stabile e non sei sicura che il tuo metodo contraccettivo sia quello giusto per te, Persona potrebbe essere l'alternativa adatta a te e al tuo corpo. Infatti, in totale armonia con il tuo corpo, è concepito per le coppie che vogliono un metodo contraccettivo alternativo, le coppie per le quali una gravidanza indesiderata non sarebbe un evento del tutto inaccettabile.

Persona non ha effetti collaterali e potrebbe essere il metodo adatto a te e al tuo partner. Dovrai utilizzare uno stick per fare un test con un monitor interattivo pochi giorni al mese. Questi test controllano i cambiamenti ormonali nell'urina per identificare i "giorni rossi" del ciclo, cioè quando sei ad elevato rischio di gravidanza se hai rapporti sessuali (anche se usi un metodo contraccettivo alternativo).

Forse è questo il cambiamento di cui hai bisogno?

Persona non protegge dalle malattie a trasmissione sessuale né dal virus dell'HIV.



L'AUTISMO IN ETÀ ADULTA

PRIMO AMBULATORIO TERRITORIALE PUBBLICO IN ITALIA

A Torino, per la prima volta in Italia, un Dipartimento di Salute Mentale si è dotato di un ambulatorio territoriale che si occupa in modo specifico dei disturbi dello spettro autistico in età adulta. L'iniziativa è dell'ASL TO 2 e ha attuale valenza sovrazonale, con il contributo della ASL TO 1, coprendo le esigenze dell'intera Città di Torino.

"I disturbi dello spettro autistico rappresentano un insieme di disturbi neuroevolutivi complessi, a esordio precoce, che intervengono sulla qualità della comunicazione e relazione sociale, e che permangono per tutta la vita nella quasi totalità dei casi - spiega il Direttore del Dipartimento di Salute Mentale 'G. Maccacaro' ASL TO 2, Dott. Elvezio Pirfo - ne esistono forme a funzionamento più compromesso, con disabilità intellettiva, e forme a funzionamento più alto, con livello intellettuale nella norma ma che comunque

presentano un deficit nella cognizione sociale".

La prevalenza in Italia è stimata intorno a 40-50 pazienti su 10.000 abitanti, ben lontana dall'1:100 del mondo anglosassone, a indicare la necessità di una maggiore attenzione diagnostica. Sinora in carico genericamente ai Centri di Salute Mentale, i pazienti affetti da disturbo dello spettro autistico nella città di Torino già solo nella fascia di età 18-30 sono stimati in 1,6 su 1000 abitanti (datinpi.net) cui si aggiungono i pazienti nelle fasce di età superiore.

"È importante che i processi abilitativi continuino in età adulta per non perdere le abilità acquisite in età evolutiva - precisa il Dott. Roberto Keller, specialista in Psichiatria e Neuropsichiatria Infantile, Responsabile dell'Ambulatorio - così come bisogna prestare attenzione a diagnosticare anche in età adulta le forme cliniche che non sono state in precedenza

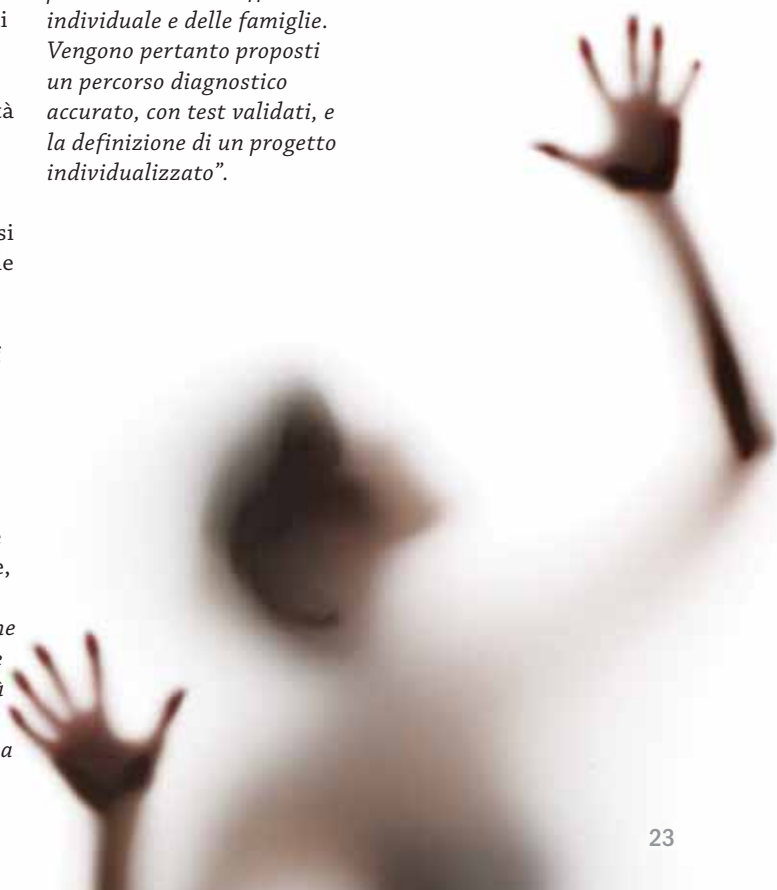
L'AUTISMO, CHIAMATO ORIGINARIAMENTE SINDROME DI KANNER, È CONSIDERATO DALLA COMUNITÀ SCIENTIFICA INTERNAZIONALE UN DISTURBO CHE INTERESSA LA FUNZIONE CEREBRALE; LA PERSONA AFFETTA DA TALE PATOLOGIA MOSTRA UNA MARCATO DIMINUZIONE DELL'INTEGRAZIONE SOCIALE E DELLA COMUNICAZIONE. ATTUALMENTE RISULTANO ANCORA SCONOSCIUTE LE CAUSE DI TALE MANIFESTAZIONE.

PIÙ PRECISAMENTE, DATA LA VARIETÀ DI SINTOMATOLOGIE E LA COMPLESSITÀ NEL FORNIRNE UNA DEFINIZIONE CLINICA COERENTE E UNITARIA, È RECENTEMENTE INVALSO L'USO DI PARLARE, PIÙ CORRETTAMENTE, DI DISTURBI DELLO SPETTRO AUTISTICO (DSA O, IN INGLESE, ASD, AUTISTIC SPECTRUM DISORDERS).

A LIVELLO DI CLASSIFICAZIONE NOSOGRAFICA, È CONSIDERATO RIENTRARE NELLA CATEGORIA CLINICA DEI "DISTURBI PERVASIVI DELLO SVILUPPO", CUI APPARTENGONO, FRA LE VARIE ALTRE SINDROMI, ANCHE LA SINDROME DI ASPERGER, LA SINDROME DI RETT E IL DISTURBO DISINTEGRATIVO DELL'INFANZIA L'INCIDENZA DELL'AUTISMO VARIA DA 5 A 50 PERSONE SU 10.000, A SECONDA DEI CRITERI DIAGNOSTICI IMPIEGATI, CHE SI SONO SVILUPPATI E MIGLIORATI NEL CORSO DEL TEMPO. COLPISCE PREVALENTEMENTE I SOGGETTI MASCHILI CON UN TASSO DALLE DUE ALLE QUATTRO VOLTE (E A VOLTE ANCHE SEI/OTTO VOLTE) SUPERIORE RISPETTO AL SESSO FEMMINILE; SI MANIFESTA QUASI SEMPRE ENTRO I PRIMI 3 ANNI DI VITA.

fonte: wikipedia

individuate clinicamente, per poter alleviare la sofferenza individuale e delle famiglie. Vengono pertanto proposti un percorso diagnostico accurato, con test validati, e la definizione di un progetto individualizzato".



PERCHÉ DEVI SPENDERE DI PIÙ?

I farmaci generici hanno lo stesso principio attivo dei farmaci di marca e sono equivalenti in efficacia e qualità. E spesso costano meno.

CHIEDI MYLAN
AL TUO FARMACISTA.



In Italia e nel mondo, Mylan è sinonimo di qualità.

Riconosciuta e premiata negli USA come miglior produttore di farmaci generici, Mylan vanta processi produttivi ed un controllo qualità certificati secondo rigorosi standard americani ed europei.

Di Mylan ti puoi fidare.

www.mylan.it

 **Mylan**
your life

Continuità terapeutica e assistenziale sono le parole d'ordine del nuovo servizio della ASL TO 2, nell'ottica del pieno rispetto della persona, del suo valore e della sua famiglia.

“Questo ambulatorio è un progetto innovativo che offre ai Centri di Salute Mentale di Torino, agli utenti, alle famiglie e ai servizi sociali dell'intera città un centro di riferimento e di consulenza specialistica per valutazione, diagnosi e orientamento al progetto di intervento - commenta il Direttore Generale ASL TO 2, Dott. Maurizio Dall'Acqua - *raccontando anche una razionalizzazione di risorse altrimenti disperse”.*

“L'attivazione definitiva dell'ambulatorio segue al periodo di attività pilota già iniziato sin dal 2009 nell'ASL TO 2 e recepisce le indicazioni del Tavolo Autismo del Ministero della Salute, delle Linee di indirizzo della Regione Piemonte del 2009 e della Conferenza Stato Regioni del 2012 - conclude il Dott.

ASL TO 2 - Dati attività Ambulatorio Disturbi dello Spettro Autistico in età adulta FASE SPERIMENTALE

Nel primo periodo sperimentale di attività 2009-2011 all'ASL TO 2, condotto da un singolo medico specialista in un numero limitato di ore dedicate, sono stati seguiti 60 i pazienti, per un totale di:

252 visite psichiatriche
91 valutazioni con test
128 interventi familiari
56 interventi psicoterapeutici
33 interventi abilitativi individuali
110 interventi abilitativi di gruppo
130 interventi di rete

Nella fase pilota dell'attività sono inoltre stati curati:

- progetti di attivazione di percorsi formativi prelaborativi specifici per autistici adulti, in collaborazione con la scuola ENGIM;
- inserimenti lavorativi presso L'Oreal, in collaborazione con il Centro per l'Impiego della Provincia di Torino e la Fondazione TEDA;
- organizzazione di corsi di formazione per Psichiatri, Psicologi, Infermieri, Educatori, in collaborazione con la Società Italiana di Psichiatria e il Servizio di Formazione della ASL TO2;
- pubblicazioni scientifiche a livello nazionale e internazionale, in collaborazione con l'Università di Torino;
- creazione di un protocollo valutativo biomedico, in collaborazione con il Dipartimento di Scienze Pediatriche e dell'Adolescenza dell'Università di Torino (S.S. Genetica e S.S. Malattie Metaboliche) e la Clinica Neuropsichiatrica Infantile OIRM;
- partecipazione al Tavolo Autismo della Regione Piemonte.

Dall'Acqua - *nonché le richieste di tutte le Associazioni dei Familiari”.*

Attivo da giugno 2013 su tutta la città di Torino, l'ambulatorio ASL TO 2, in cui operano Specialisti psichiatri e psicologi, ha sede presso il CSM ASL TO 2 di Corso Francia 73 a Torino (tel. 011-4336129) è aperto il martedì dalle ore 15 alle 17 e il mercoledì in orario 9-13/14-17 ed è accessibile su invio dei Centri di Salute Mentale competenti per residenza, ai quali verrà restituita una valutazione specialistica e garantito l'eventuale supporto consulenziale.

Silvana Patrito
Ufficio Stampa ASL To2
Torino





Una vera e propria rivoluzione in sanità. Una maglietta che permette ai bambini malati di cuore di essere controllati a distanza senza il ricovero in ospedale. E' appena partita per la prima volta in Italia la sperimentazione della suddetta maglietta, presso il reparto di Cardiologia dell'ospedale Infantile Regina Margherita della Città della Salute e della Scienza di Torino. Il progetto "Happy Heart" verrà presentato dalla dottoressa Gabriella Agnoletti in anteprima assoluta mercoledì 29 maggio durante la Tavola rotonda "La prospettiva dei leader internazionali sul futuro dei sistemi sanitari", che si terrà durante il FORUM della Pubblica Amministrazione a Roma (28 - 30 maggio). Sarà il progetto punta di diamante della sanità italiana ad essere presentato durante il Forum, che vedrà tra i relatori figure di spicco provenienti da tutto il mondo.

La maglietta che cancella il ricovero è dotata di sensori tessili "intelligenti" lavabili e riutilizzabili, che

trasmettono il tracciato ECG del paziente e la sua posizione. E' confezionata su misura ed aderente al corpo, come una canottiera, e può inoltre rilevare 24h/24 la saturazione d'ossigeno, la frequenza respiratoria e la portata cardiaca.

L'indumento trasmette i dati rilevati via connessione wireless Bluetooth ad uno smartphone (in dotazione al paziente), che a sua volta trasmette le rilevazioni al centro ospedaliero di riferimento. In ogni paziente gli allarmi sono adattati alla persona, alla sua età ed alle condizioni cliniche. Saranno 150 circa i bimbi che ogni anno potranno beneficiare di questa maglietta. Sono i piccoli pazienti affetti da aritmia o i cosiddetti "bimbi cianotici". Saranno controllati e seguiti a distanza dai cardiologi del Regina Margherita. In futuro la sperimentazione dovrebbe estendersi anche a coloro che sono affetti da scompenso cardiaco.

Si tratta quindi di una medicina nuova, "su misura", non "pret à porter", ma non per questo più costosa, anzi umana, etica ed economica. E' dimostrato che il costo del progetto è ammortizzato in meno di 3 mesi, considerato il risparmio sui ricoveri e sul personale non impegnato.

Si riducono notevolmente i costi (risparmio fino al 30%), i tempi di ospedalizzazione ed il numero di visite in ospedale, senza trascurare la qualità delle prestazioni e dei servizi. L'utilizzo di tali sistemi ha evidenti benefici psicologici ma anche concreti per il paziente, le famiglie e la società. Permette il monitoraggio del paziente a domicilio o ovunque esso sia (al parco piuttosto che a scuola), evitando la dipendenza da strumentazioni che lo connettano tramite elettrodi allo strumento di rilevazione. La monitoraggio può essere continua, facendo decadere, per esempio, la necessità della lettura Holter del ritmo cardiaco e limitando gli accessi ospedalieri a situazioni di emergenza. Il rapporto medico - paziente e paziente - struttura ospedaliera è in questo modo riconfigurato. Questo sistema migliora la qualità di vita del paziente e della famiglia, favorisce la gestione cosciente della propria salute, diminuisce e modifica la dipendenza fisica e psicologica dalla struttura ospedaliera che diventa un luogo più umano e meno spaventoso, evita le infezioni nosocomiali, diminuisce drasticamente l'affollamento del pronto soccorso e delle strutture di degenza

LA MAGLIETTA A SENSORI CHE EVITA IL RICOVERO AI BAMBINI MALATI DI CUORE, PRESSO L'OSPEDALE REGINA MARGHERITA DI TORINO

diurna. La domiciliazione e territorializzazione delle cure è un modo per migliorare l'assistenza, l'appropriatezza e l'accuratezza, per migliorare la qualità di vita del paziente e contemporaneamente abbassare drasticamente i costi sanitari.

**CON AFTE E
LESIONI DELLA BOCCA
IL DOLORE
È IL PIATTO FORTE.**



Con afte e lesioni della bocca anche mangiare può farti soffrire. Alovex Protezione Attiva con la sua pellicola protettiva riduce il dolore, favorisce la cicatrizzazione e aiuta la guarigione.



PIÙ PROTEZIONE MENO DOLORE.

 **RECORDATI OTC**

È un dispositivo medico  0477. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Autorizzazione del 16 aprile 2012.

LAURETANA®

L'acqua più leggera d'Europa

La leggerezza
che ti tiene
in equilibrio



consigliata a chi si vuole bene



tabella comparativa	residuo fisso in mg/l	sodio in mg/l	durezza in °F
LAURETANA	14	1.2	0.44
MONTEROSA	16.5	1.3	0.53
VOSS	22	4.28	1.2
S. BERNARDO	35.5	0.7	2.6
SANT'ANNA DI VINADIO	42.8	1.2	3.1
LEVISSIMA	80.5	1.9	N.D.
FIUGGI	123	7.16	7
PANNA	141	6.7	10.3
ROCCHETTA	177.8	4.61	N.D.
FIJI	210	4.28	9.45
SAN BENEDETTO	272	5.8	N.D.
EVIAN	309	6.5	29.1
VITASNELLA	382	3	N.D.

Evidenziamo il residuo fisso, il sodio e la durezza in gradi francesi (°F) di alcune note acque oligominerali (residuo fisso <500 mg/l) commercializzate nel territorio nazionale come rilevato da Beverfood 2011-2012

servizio clienti

Numero Verde

800-233230



www.lauretana.com