



AVVISO

Ordine

1. ORDINE: Progetto “Un Farmaco per tutti” “Una Visita per Tutti”
2. ORDINE: eventi Giugno

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Intolleranza al lattosio, lo sai che può essere Transitoria?
4. Obesità, in futuro farmaci che “imitano” gli effetti della chirurgia?
5. Lo sai che bere tanto in poco tempo accelera il battito cardiaco?



Prevenzione e Salute

6. Stanchezza d'estate: i consigli per fronteggiare i sintomi più semplici
7. Da che cosa è causata la ciclotimia?
8. Mononucleosi: la «malattia del bacio» colpisce i più giovani soprattutto in estate



Meteo Napoli

Mercoledì 27 Giugno

• Sereno

Minima: 17° C

Massima: 28° C

Umidità:

Mattina = 50%

Pomeriggio = 47%

Proverbio di oggi.....

Chi troppo s'acala, 'o culo mmòsta

Chi troppo s'inchina, mostra il sedere

INTOLLERANZA al LATTOSIO, lo sai che può essere Transitoria?

L'intolleranza al lattosio è transitoria quando l'incapacità di digerire correttamente lo zucchero contenuto nel latte non è genetica, ovvero non dipende dal fatto che l'organismo non è in grado di produrre enzima lattasi a sufficienza

– spiega la dottoressa [Beatrice Salvioli](#), gastroenterologa di Humanitas. –

Nei casi in cui si ha l'assenza della lattasi- una forma più rara che si manifesta in genere a partire dal periodo dello svezzamento- i sintomi si presentano già quando il neonato viene nutrito con il latte materno. In tutti gli altri casi, invece, l'intolleranza al lattosio è acquisita o secondaria, e può insorgere a qualunque età per diverse cause come conseguenza di patologie, infiammazioni a carico dell'intestino o di terapie antibiotiche che inibiscono l'attività dell'enzima lattasi. In questi casi **l'intolleranza al lattosio è transitoria**, ovvero le fonti di lattosio possono essere reintrodotte gradualmente nell'alimentazione dopo un periodo di eliminazione di 3-6 mesi. L'esame diagnostico più diffuso per accertare un possibile malassorbimento del lattosio (e quindi l'assenza dell'enzima) è il test del respiro o *breath test*, un esame non invasivo che consiste nell'analisi dell'aria espirata dal soggetto prima e dopo la somministrazione di una dose di lattosio. Nel momento in cui lo zucchero del latte non viene digerito e inizia a fermentare, si ha un'iperproduzione di idrogeno che il test rileva se è presente il malassorbimento. Un test genetico su sangue, invece, può accertare l'eventuale persistenza o meno dell'enzima lattasi. (*Salute, Humanitas*)



PREVENZIONE E SALUTE

OBESITÀ, in futuro FARMACI che “IMITANO” gli effetti della CHIRURGIA?

Contro l'obesità, quando dieta ed esercizio fisico non bastano, si può ricorrere all'intervento chirurgico.

La **chirurgia bariatrica** rappresenta oggi il rimedio più efficace per l'**obesità**.

Oltre alla perdita di peso, grazie all'intervento migliora anche il quadro delle eventuali malattie associate all'**obesità**, a cominciare dal [diabete](#).

Ma qual è il futuro del trattamento dell'obesità?

A parlarne è il dottor [Giuseppe Marinari](#), responsabile di Chirurgia bariatrica dell'ospedale Humanitas.

Una delle strade che si sta cercando di percorrere riguarda proprio i benefici al metabolismo che la chirurgia riesce a dare:

«Una tendenza è quella di provare a combinare **chirurgia** e terapia medica nel controllo del diabete.

È noto l'effetto benefico della **chirurgia bariatrica** sul diabete, ma resta il problema della recidiva:

❖ *il tasso di “ricomparsa” della malattia diabetica a 5 anni dall'intervento è considerevole.*

L'obiettivo – sottolinea lo specialista – è cercare di avere risultati più duraturi, consolidati, oltre che nel breve anche nel lungo periodo».

Sempre sul fronte della **chirurgia bariatrica** una strada su cui è impegnata la ricerca riguarda le metodiche usate negli interventi chirurgici:

«Tutti gli interventi per il trattamento dell'**obesità** si eseguono in laparoscopia, una metodica mini-invasiva che permette un rapido recupero post-operatorio.

Il traguardo verso il quale si sta puntando è sostituire le tecniche laparoscopiche con l'endoscopia, anche se i tentativi condotti finora hanno avuto risultati piuttosto deludenti».

Quali potrebbero essere invece le novità del trattamento farmacologico dell'obesità?

«Da quando si è cominciata a capire la funzione della **chirurgia bariatrica** e la sua indubbia utilità, la ricerca sta cercando di dar vita a **farmaci** in grado di simularne gli effetti.

Grazie all'intervento di **chirurgia bariatrica** si ridefinisce la produzione ormonale a livello gastrointestinale, viene riorganizzato l'insieme dei microorganismi che abitano nell'intestino (il *microbioma*) e, come suggeriscono studi sperimentali, aumenta la produzione di sali biliari (*essenziali per l'assorbimento dei grassi*) agendo sul centro nervoso della fame».

«La ricerca farmacologica sta proprio cercando di definire altri percorsi di efficacia dei **farmaci** tenendo conto di questi effetti della **chirurgia dell'obesità**», conclude il dottor Marinari.

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

STANCHEZZA D'ESTATE: I CONSIGLI PER FRONTEGGIARE I SINTOMI PIÙ SEMPLICI

Quasi sempre si dà la colpa al caldo, talvolta persino alla spiaggia.

Quante volte, abbiamo sentito l'espressione «**il mare stanca**». In realtà, non è sempre detto che si tratti di un malessere naturale o passeggero. Stiamo parlando della stanchezza d'estate.

Molte persone si sentono affaticate e svogliate e si rassegnano in attesa che le energie tornino, così come se ne sono andate. Ma non è sempre colpa del cambio delle temperature.

A volte, la stanchezza ingiustificata può essere un **campanello d'allarme dell'anemia**, frequente tra le donne e segno da non sottovalutare.

L'anemia è una diminuzione del numero di globuli rossi nell'organismo e a causarla, può essere un'eccessiva perdita di sangue, come un'emorragia improvvisa oppure un ciclo mestruale particolarmente abbondante.

Ecco, perché a soffrirne sono di più le donne. Si calcola che il 5% della popolazione femminile sana sotto ogni altro punto di vista, sia in realtà anemica.

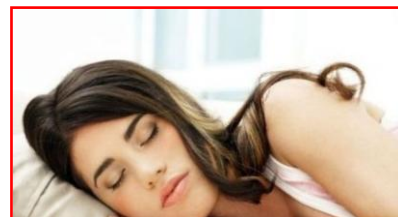
Una regola che vale sempre è non curarsi da soli: deve essere il medico a valutare, dopo aver sottoposto la persona ad alcuni esami del sangue a decidere come procedere.

Se la situazione non è preoccupante, **per vincere la stanchezza** spesso può essere sufficiente **ricorrere a un'alimentazione mirata**, ricca e varia, a base di cibi **ad alto contenuto di ferro, vitamina B12 e acido folico come carne rossa, fegato, legumi e uova.**

Una discreta quantità di ferro è presente anche nel *cacao e nel cioccolato fondente.*

Se, invece, l'anemia è più importante, il medico può prescrivere fiale o compresse di ferro e di vitamine. Le donne con mestruazioni molto abbondanti dovrebbero fare i controlli più spesso delle altre:

- **le perdite mensili di sangue sono una delle cause più importanti di anemia** causata dalla mancanza di ferro nell'organismo. (*Salute, Il Mattino*)



DA CHE COSA È CAUSATA LA CICLOTIMIA?

La ciclotimia (dal greco: kuklos = cerchio e thumos = umore) è un disturbo dell'umore che si manifesta con l'alternanza di episodi maniacali ed episodi depressivi.

I primi sono periodi più o meno lunghi in cui l'umore predominante del malato è agitato, espansivo o anche irritabile e manifesta una certa logorrea (*impulso a parlare senza controllo*), mentre aumenta l'autostima e diminuisce il bisogno di sonno.

TRISTEZZA

I secondi sono periodi in cui l'umore predominante è depresso, con perdita di interesse per qualsiasi attività, sentimenti di autocommiserazione o di colpa eccessivi o immotivati, e anche pensieri ricorrenti di morte o di suicidio. Per questa alternanza la ciclotimia si differenzia dagli altri disturbi dell'umore, che sono i disturbi depressivi, nei quali si manifestano solo episodi del secondo tipo.

Predisposizione. Caratteristica della ciclotimia è di essere endogena: ha origine cioè dall'individuo stesso ed è indipendente da cause esterne all'organismo.

Alcuni studiosi ritengono però che la ciclotimia non sia una vera e propria malattia, ma solo un'acutizzazione di una "*personalità ciclotimica*", quindi predisposta a queste alternanze.

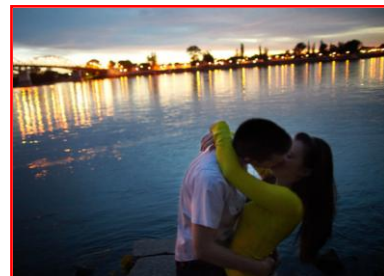
Inoltre, stando ai dati statistici, la ciclotimia sembra marcatamente ereditaria e le donne sembrerebbero maggiormente a rischio. (*Salute, Focus*)

PREVENZIONE E SALUTE**MONONUCLEOSI: LA «MALATTIA DEL BACIO» COLPISCE I PIÙ GIOVANI SOPRATTUTTO IN ESTATE**

Da come si contrae, ai sintomi alle cure, ecco cosa fare con i consigli dell'esperta.

Sono gli adolescenti i più a rischio per la mononucleosi, la «malattia del bacio». Niente di cui preoccuparsi.

La prof.ssa **Cristina Mussini**, infettivologa presso il Policlinico Universitario di Modena ci aiuta a conoscere questa infezione più da vicino abbiamo.

**LA MONONUCLEOSI È PERICOLOSA?**

: La mononucleosi è una malattia di cui **non preoccuparsi** e che colpisce quasi la totalità della popolazione. La prima regola è comunque di farsi vedere dal proprio medico per **una diagnosi corretta e sicura**. Sarà lui a consigliare come affrontarla.

In alcuni casi molto rari, che riguardano l'1% della popolazione, si può verificare la rottura della milza.

Per questa ragione il **riposo e l'astensione dall'attività fisica e sportiva è fondamentale**.

Quando si corre o si pratica sport c'è un afflusso maggiore di sangue alla milza, che con la mononucleosi è già ingrossata e rischia di aumentare ancora fino alla rottura.

Vi è anche un interessamento epatico, con aumento delle transaminasi e pertanto ci si deve **astenersi dal bere alcolici ed è preferibile seguire una dieta leggera**. In alcuni pazienti adulti, comunque, è del tutto asintomatica e a parte le eccezioni sopra citate, la mononucleosi è una malattia che non deve spaventare e che con l'adeguato riposo si risolve in un tempo limitato.

MA CHE COS'È ESATTAMENTE? La mononucleosi è una malattia virale che si associa al virus *Epstein-Barr*. Una volta contratto il virus e passata la fase acuta, questo va in latenza, ma **persiste per tutta la vita e si può riattivare occasionalmente**, anche se in maniera del tutto asintomatica.

È in questo caso che si è contagiosi. È chiamata anche «malattia del bacio», perché si trasmette appunto nei rapporti interumani attraverso la saliva, dunque baciandosi ma anche tramite starnuti e tosse.

E' VERO CHE È MOLTO DIFFUSA? Sì, il 90/95 % della popolazione ha contratto il virus nel corso della vita. **E' frequente negli adolescenti sia maschi che femmine**, con un picco dopo i dieci anni. Sebbene sia presente tutto l'anno, ha un più alto livello di incidenza in primavera e in estate, per un maggior numero di contatti tra le persone, soprattutto tra i giovani.

QUALI SONO I SINTOMI?

: In molti casi non dà sintomi evidenti o **si presenta con un leggero malessere e stanchezza**. In altri si presenta come **una faringite molto importante, associata a febbre alta**, stanchezza, spossatezza e a un ingrossamento dei linfonodi al lato del collo. È presente anche un ingrossamento della milza, come dicevo prima, e risultano elevate le transaminasi.

La febbre può persistere anche per 10 o 14 giorni, mentre la fase acuta dura qualche settimana.

Nei bambini piccoli è una malattia del tutto asintomatica.

Il periodo di *incubazione va dalle 4 alle 7 settimane*. La diagnosi corretta è fondamentale.

L'interessamento delle tonsille può ricordare quello da infezione da Streptococco, ma se in questo caso gli antibiotici sono indispensabili, se si tratta di mononucleosi questi farmaci possono scatenare delle reazioni allergiche, di cui non si conoscono le cause, soprattutto l'**Amoxicillina**.

COME SI CURA? L'unico rimedio è il riposo. Non esiste terapia né profilassi e anche gli antibiotici come dicevo, sono inadeguati. In alcuni casi, soltanto per quei pazienti che hanno delle complicanze, che però sono assai rare, si prescrive il cortisone. **Il consiglio è di rimanere a riposo** finché non si è sfebbrati e poi di riprendere la scuola o il lavoro, ma senza attività fisica. Il decorso della malattia è di all'incirca un mesetto. (OK, Salute e Benessere)

SCIENZA E SALUTE

LO SAI CHE BERE TANTO IN POCO TEMPO ACCELERA IL BATTITO CARDIACO?

Tempo di feste di fine anno scolastico, fine esami, e di inizio delle vacanze estive con le serate all'aperto con gli amici, di aperitivi e qualche bicchiere in più.

Secondo i risultati di uno studio condotto durante la più famosa festa europea della birra, l'Oktoberfest di Monaco, il consumo di più bevande alcoliche in un breve arco di tempo, chiamato anche **binge drinking**, ha effetti immediati sul **cuore** accelerando il **battito cardiaco** anche in persone sane.

Oltre agli effetti dannosi già noti che l'alcol ha su fegato, cervello e funzioni cerebrali, il consumo di alcool in modo "intensivo" produce una accelerazione del **battito cardiaco** o irregolarità del ritmo in un terzo delle persone valutate, in larga misura presumibilmente sani, con un'età media di circa 30 anni – spiega la dott.ssa Maddalena Lettino, responsabile dell'Unità operativa di Cardiologia dello Scopeso di Humanitas.

Sebbene gli autori concludano che le alterazioni del ritmo siano sostanzialmente benigne e senza danni, e lo studio condotto in occasione dell'Oktoberfest di Monaco non valuti l'associazione maggiore o minore con lo sviluppo successivo di cardiopatie, tuttavia è noto l'effetto tossico che l'**abuso di alcool** induce nelle cellule miocardiche, cioè del muscolo cardiaco, che diventano meno efficienti come pompa cardiaca riducendo così l'afflusso di sangue a tessuti e organi.

Si stima che il consumo smodato di alcool concentrato in un breve arco di tempo venga sperimentato almeno una volta da circa l'83% dei giovani tra 18 e 29 anni con un'assunzione di alcool che supera per le donne i 4, e per gli uomini i 5 bicchieri di vino, birra o superalcolici in una sera, ovvero il quantitativo che definisce il *binge drinking*, con l'aumentato rischio che questo comporta di incidenti, traumi, e comportamenti a rischio. (*Salute, Humanitas*)



ARIA FREDDA E TORCICOLLO

Un colpo d'aria fredda ed ecco che nel giro di qualche ora finiamo preda di un doloroso torcicollo. Che fare?

Sudati e alla ricerca di un po' di refrigerio, un ambiente con aria condizionata sembra un vero paradiso... ma per qualcuno nel giro di qualche ora può trasformarsi in un incubo, perché purtroppo l'aria fredda può scatenare dolori alla cervicale e torcicollo.



CHE FARE?

«Evitare di applicare ghiaccio o fare movimenti bruschi» consiglia Davide Bruno Albertoni, presidente Gruppo Terapia Manuale dell'Associazione Italiana Fisioterapisti.

Meglio **l'autotrattamento con calore e pomate antinfiammatorie.**

E se nel giro di 2-3 giorni l'attacco acuto non passa, conviene rivolgersi a un fisioterapista «che può curarne la causa riducendo i tempi di recupero e la probabilità di recidive» conclude Albertoni.

(*Ok, Salute e Benessere*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI GIUGNO

Progetto “Una Visita per Tutti”

Mese di Giugno
dedicato
alla prevenzione
dell'Insufficienza
Venosa



Mercoledì 13 Giugno (dalle 10.00 alle 18.00)	S. ANTONIO ABATE (NA); Piazza Vittorio Emanuele II, civico n. 27
Venerdì 15 Giugno (dalle 10.00 alle 18.00)	TORRE del GRECO (NA); Via Cesare Battista, altezza civico n. 105
Venerdì 22 Giugno (dalle 10.00 alle 13.30)	VILLARICCA (NA): Villa Comunale
Martedì 26 Giugno	FRATTAMINORE (NA); Mattina : Piazza Atella; (10.00 - 13.30) Pomeriggio : Piazza S. Maurizio, (15.30- 18.00)
Mercoledì 27 Giugno (dalle 10.00 alle 18.30)	NAPOLI – Fuorigrotta ; Via Giacomo Leopardi, altezza civico n. 60
Venerdì 29 Giugno (dalle 10.00 alle 18.30)	BACOLI (NA); Villa Vanvitelliana

Progetto “Una Visita per Tutti” : all’insegna della Prevenzione

Di seguito alcune immagini relative agli eventi di **S. Antonio Abate e Torre del Greco.**



ORDINE: Progetto “Un FARMACO per TUTTI”: FARMACI DONATI ARRIVATI IN BURKINA FASO

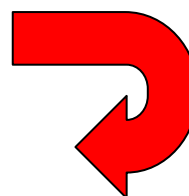
I farmaci donati alle Suore Vittime Espiatrici di Gesù Sacramento di Mugnano sono stati spediti in una Missione in Burkina Faso.

i farmaci raccolti attraverso il progetto e consegnati alla Congregazione delle Suore “Vittime Espiatrici di Gesù Sacramento” sono arrivati, mediante un container, a destinazione nella **diocesi di Tenkodogo**.

Le suore operano in questa missione fornendo aiuto alla popolazione distribuendo farmaci e dispositivi medici alle scuole, ai villaggi e all’**Ospedale di Tenkodogo**.



Di seguito alcune foto ne documentano l’arrivo.



ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

