



AVVISO

Ordine

1. Bacheca: annunci lavoro
2. Caduceo d'Oro 2022
3. La Nuit del la Paix” in onore di D. Mukwege Premio Nobel Pace 2018

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. È vero che il peperoncino allunga la vita?
5. Contro i calcoli renali l'arma migliore è il sesso: merito degli ormoni del piacere
6. Come riconoscere il MAL di TESTA CRONICO



Prevenzione e Salute

7. Quali sono i sintomi della Clamidia e come prevenirla
8. Il latte munto di notte, un alleato contro insonnia

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

Frosinone Barletta
Nola

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

Primm' e cunfett' e poi e difett' (Prima le nozze e poi i difetti)

È VERO CHE IL PEPERONCINO ALLUNGA LA VITA?

Le proprietà benefiche del peperoncino sono da tempo provate da diversi studi scientifici. Ma per gli amanti di questa spezia piccante, ci sarebbe una buona notizia in più.

Un'altra buona notizia per chi ama il **peperoncino rosso** in cucina. L'ennesimo studio sulle virtù salutari di questa spezia assicurerebbe che **chi lo mangia ha il 25% in meno di probabilità di morire rispetto a chi non lo consuma.**

Risultato? Rispetto alle persone che mangiavano raramente o mai il peperoncino, i mangiatori risultavano avere il 26% di probabilità in meno di morire per malattie cardiovascolari, del 23% in meno di morire per cancro e del 25% in meno per tutte le cause. Gli autori dello studio avvertono che «*sono necessarie ulteriori ricerche per confermare questi risultati preliminari*».

IL POTERE DELLA CAPSAICINA. Ma perché il peperoncino è noto come una spezia "miracolosa" per la salute? Diversi studi precedenti hanno scoperto che mangiare peperoncino ha un effetto antinfiammatorio, antiossidante, antitumorale e di regolazione del glucosio nel sangue grazie alla **capsaicina**, il composto chimico irritante - infatti non tutti possono mangiare peperoncino - per il quale il chimico statunitense Wilbur Lincoln Scoville (1865-1942) che ideò un test organolettico per misurare la piccantezza del peperoncino, fu scelto anni fa per un Doodle di Google interattivo.

Un'ultima buona notizia: uno studio francese di qualche anno fa, ha addirittura concluso che gli **uomini che amano il piccante** potrebbero avere livelli più alti di testosterone, e quindi essere dei tipi particolarmente maschilini. D'altra parte, l'ortaggio più piccante che ci sia è tra gli **alimenti considerati afrodisiaci.**

(Salute, Focus)



PREVENZIONE E SALUTE

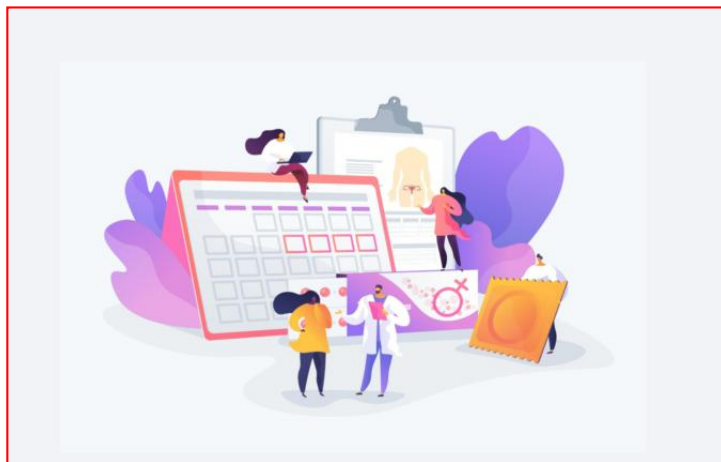
Quali sono i sintomi della Clamidia e come prevenirla

Tra le infezioni dell'apparato urogenitale sessualmente trasmissibili, c'è la clamidia.

La clamidia, provocata dal batterio **Chlamydia Trachomatis**, interessa in particolar modo **entrambi i sessi**.

Il batterio si trasmette attraverso rapporti sessuali non protetti, e anche dalla madre al figlio al momento del parto, con un rischio di sviluppare polmonite e congiuntivite per il bambino.

La prevenzione dell'infezione, la diagnosi (non sempre facile dato che a volte è priva di sintomi), e la valutazione da parte di uno specialista con la prescrizione della terapia adeguata sono step essenziali quando si ha a che fare con questa patologia.



Come riconoscere i sintomi dell'infezione da Clamidia?

L'infezione da clamidia può essere sintomatica o asintomatica.

Se l'**infezione è sintomatica**, i disturbi compaiono tra una e tre settimane dall'infezione e comprendono irritazione, bruciore a urinare e secrezioni vaginali muco-purulente, dolore spontaneo sovrapubico e addominale o anche dolore durante i rapporti sessuali.

In alcuni casi, può comparire lo **spotting**, che consiste in perdite di sangue tra i cicli mestruali.

Nel **nesso maschile**, i sintomi dell'infezione non sono molto dissimili, ma le secrezioni dal pene sono biancastre e continue.

Dato che spesso l'infezione non dà sintomi, o li dà solo molto leggeri, il riscontro ufficiale della presenza di clamidia deve essere effettuato attraverso un **controllo di routine**.

Per la diagnosi, è necessario l'utilizzo di un **tampone**, che permette di determinare la presenza o meno del batterio:

- ✓ nelle **donne** viene effettuato sul collo dell'utero;
- ✓ negli **uomini**, all'inizio della uretra.

In altri casi, è utile controllare la presenza di anticorpi nel sangue, in modo da diagnosticare un'infezione pregressa.

Cosa fare se si sospetta un'infezione da Clamidia?

Se si sospetta un'infezione da Clamidia, sia agli uomini, sia alle donne è raccomandato rivolgersi al proprio medico o allo specialista di fiducia, ginecologo o andrologo o urologo, ed effettuare una visita.

Sulla base

- ❖ *dei sintomi riferiti,*
- ❖ *della raccolta dati (anamnesi)*
- ❖ *della valutazione clinica,*

lo specialista potrà poi richiedere e/o effettuare uno **specifico test nelle urine** e con prelievo delle secrezioni per confermare la diagnosi.

Il test per la diagnosi di Clamidia

L'esito del test può richiedere da una a due settimane, ma, qualora siano presenti sintomi specifici, lo specialista può decidere di cominciare già la terapia.

Il test per la ricerca della *Clamidia* è indicato anche in quei casi in cui non ci siano sintomi ben visibili, nel caso di rapporti sessuali non protetti con nuovi partner, ma anche se si è a conoscenza di infezione contratta da uno dei partner sessuali.

Dal momento dell'esecuzione del test e fino ad almeno sette giorni dalla fine della cura, è bene **evitare rapporti sessuali a rischio**, in modo da evitare la trasmissione dell'infezione.

Se il test per la ricerca della Clamidia è positivo, fondamentale è avvisare i partner degli ultimi due-tre mesi affinché si rivolgano a uno specialista ed effettuino il test diagnostico per la Clamidia e una eventuale terapia.

Come si cura la Clamidia?

La cura della Clamidia consiste in un **ciclo di antibiotici**, come **doxiciclina** o **azitromicina**, oppure **amoxicillina** o **eritromicina** in caso di allergie o gravidanza, e vanno assunti per circa una settimana/dieci giorni.

Data la sua natura spesso asintomatica, è importante effettuare **controlli periodici** in modo da riuscire a diagnosticare l'infezione e iniziare il trattamento nel più breve tempo possibile.

Se non curata, la clamidia può portare lo sviluppo di una malattia infiammatoria pelvica con sindromi aderenziali, accompagnate a danno tubarico nelle femmine, e infiammazione delle vie seminali, in particolare epididimite, nei maschi.

La conseguenza di entrambe le condizioni è l'**infertilità**.

Un'altra complicanza della clamidia è un'infiammazione delle articolazioni e dei tendini, l'**artrite reattiva**.

Come prevenire la clamidia

Infine, un paio di raccomandazioni: chi non ha un partner fisso, dovrebbe sottoporsi al test per la clamidia annuale; avere **rapporti sessuali protetti**, è bene specificarlo, riduce notevolmente il rischio di contagio in ogni tipologia di rapporto sessuale. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

Contro i CALCOLI RENALI l'arma migliore è il SESSO: merito degli ORMONI del Piacere

Lo rivela uno studio turco: tre rapporti a settimana favoriscono negli uomini l'espulsione spontanea dei "sassolini" grazie alla secrezione di endorfine

FARE L'AMORE TRE VOLTE A SETTIMANA POTREBBE ALLEVIARE IL PROBLEMA DEI CALCOLI RENALI MEGLIO DEI FARMACI

A rivelarlo è uno studio pubblicato sulla rivista **Urology**.

Gli esperti sostengono che il movimento durante l'attività sessuale e l'azione miorilassante dovuta alla secrezione di **endorfine**, i cosiddetti "*ormoni del piacere*", rilasciate durante l'orgasmo, facilitino l'espulsione spontanea dei "sassolini" in pazienti maschi maggiorenni con colica renale o diagnosi di calcolo ureterale.

I test - Lo studio ha coinvolto 90 uomini, suddivisi in tre gruppi ed esaminati per quattro settimane.

- Al I° campione è stato indicato di avere tre rapporti sessuali a settimana,
- al II° è stato somministrato un farmaco alfa-litico contro l'ipertrofia prostatica.
- I restanti volontari erano raggruppati nel campione di controllo.

Risultati: gli autori hanno osservato che il **93,5%** dei pazienti del primo gruppo, l'**81%** del secondo e il **78%** del terzo avevano espulso spontaneamente i calcoli. (*Salute, Tgcom24*)

SCIENZA E SALUTE

COME RICONOSCERE il MAL di TESTA CRONICO

Il mal di testa è una condizione che abbiamo sperimentato tutti, almeno una volta nella vita, e intende qualsiasi dolore alla testa, di varia intensità e origine.

In alcuni casi, però, sembra non passare, o dura per parecchio tempo e potrebbe trattarsi di **mal di testa cronico**.

Ma in cosa consiste questo mal di testa?

Mal di testa: quando è cronico?

Il mal di testa può essere sia un sintomo, sia una malattia.

La forma più diffusa di mal di testa è la cosiddetta **cefalea muscolo tensiva**, che si caratterizza da dolore gravativo-costrittivo persistente,

e di intensità che può variare da lieve a moderata, e può manifestarsi in modo episodico o cronico.

Una cefalea è **cronica** quando il tempo in cui è presente il dolore è maggiore del tempo libero dal dolore, ovvero quando presenta sintomi per almeno 15 giorni al mese per tre mesi successivi. Tra le cefalee di tipo tensivo cronica, menzioniamo la **cefalea cronica quotidiana**.

La cefalea cronica quotidiana

La **cefalea cronica quotidiana o primaria** è una condizione che persiste per 15 giorni o più al mese e per almeno 3 mesi. È importante diagnosticarla, in modo da escludere una forma di cefalea quotidiana secondaria a una patologia sottostante:

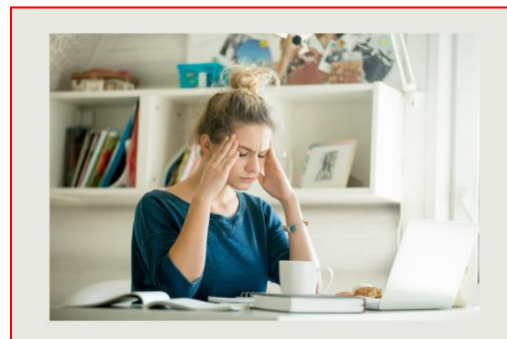
- ❖ per questo, qualora ci sia il dubbio, è importante raccogliere i dati anamnestici e di esami specifici, come eventuali studi di imaging come la **tomografia computerizzata (TC)** o la **risonanza magnetica (MRI)**, esami di laboratorio, **polisonnografia**.

Quali sono le cause del mal di testa cronico?

La cronicizzazione del mal di testa avviene di solito in modo graduale nell'arco di alcuni anni, ed è particolarmente frequente nelle donne.

Può dipendere da fattori, come:

- **abuso di farmaci sintomatici**, ovvero quelli utilizzati per placare i sintomi del mal di testa. L'abuso sconvolge la cefalea stessa e ostacola la buona riuscita delle terapie profilattiche. Il problema riguarda la frequenza con cui si assume il farmaco in un determinato periodo di tempo, specie perché di solito la terapia dura per più di tre giorni la settimana;
- **stress psicofisico**;
- abuso di **caffaina**;
- **ipertensione arteriosa** non adeguatamente controllata dalla terapia;
- **disturbi del sonno e apnee notturne**;
- **ansia e depressione**;
- **obesità**;
- **dolori cronici**, come rachialgia e fibromialgia, specie se a causa di posture errate;
- patologie come **ipotiroidismo**, asma o allergie.



Cosa succede se una cefalea cronica non viene curata adeguatamente?

Il trattamento della cefalea cronica non è tra i più semplici, e comporta per ogni paziente un **percorso diagnostico, terapeutico e assistenziale soggettivo** (PDTA).

Per questo motivo è fondamentale rivolgersi ai **Centri Cefalee** presenti in diverse regioni d'Italia.

Se non è curata in modo adeguato, infatti, la cefalea cronica peggiora, arrivando a rovinare la qualità di vita del paziente.

Quali sono gli esami per il mal di testa?

Gli esami più comuni per indagare il mal di testa sono:

- **TAC al cranio.**
Riproduce scansioni del cervello, creando una “mappa” delle strutture cerebrali.
- **Risonanza Magnetica Nucleare** (RMN).
Permette di studiare cefalee con andamenti atipici, deficit neurologici, demenze, tumori, e di valutare la presenza di altre patologie.
- **Polisonnografia.**
L'esame è adatto ai pazienti che presentano disturbi del sonno, cefalee notturne o del risveglio.
- **Eco Color Doppler dei tronchi sovraortici.**
Permette di valutare lo stato della circolazione arteriosa diretta verso il cervello.

Come si cura il mal di testa cronico?

La prima cosa da fare, in ogni caso, è rivolgersi al proprio specialista di fiducia.

A seconda dei casi, potrà proporre di rimuovere i fattori scatenanti che riguardano lo stile di vita – dall'alimentazione, all'irregolarità del sonno ecc. – o proporre una terapia farmacologica.

Nella prevenzione dell'emicrania sono molto efficaci gli **anticorpi monoclonali**, una nuova categoria di farmaci in grado di bloccare una piccola proteina presente in eccesso nel cervello degli emicranici e che innesca il mal di testa con la dilatazione dei vasi sanguigni.

È sufficiente una puntura al mese per ridurre del 70-80% i giorni di mal di testa al mese.

La prescrizione di questi farmaci può essere effettuata solo da **neurologi specialisti nelle cefalee**.

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE

IL LATTE MUNTO DI NOTTE, un alleato contro INSONNIA

Ricerca coreana: se estratto nelle ore notturne, l'alimento è capace di produrre un effetto sedativo, ansiolitico, e di favorire il sonno come le benzodiazepine.

È un classico rimedio della nonna per favorire il sonno, ma ora una ricerca svela come aumentare il potere «soporifero» del latte di mucca.

Secondo i ricercatori il latte munto durante le ore notturne ha «**quantità di triptofano e melatonina eccezionalmente ricche**».

La **melatonina** è un ormone naturale che aiuta a regolare il ciclo sonno-veglia, e il triptofano è un aminoacido essenziale per l'organismo, che può essere convertito in serotonina e melatonina. «Il latte è stato a lungo conosciuto e utilizzato per favorire il sonno». «L'effetto è stato attribuito alle sue associazioni psicologiche» (ad es., *il ricordo della mamma che dava il latte prima di dormire*) e al particolare contenuto.

Ma in uno studio recente si è visto che gli anziani che prendevano il latte munto di notte prima di dormire, avevano anche una migliore qualità del sonno. (salute, La Stampa)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



Bacheca Annunci Lavoro in Farmacia / Parafarmacia

Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Pubblicazione Annuncio
Monte di Procida		339 312 8126	16 Dicembre
Castellammare	FT/PT	392 977 9071	16 Dicembre
Pozzuoli	FT/PT	349 556 7986	09 Dicembre
Pozzuoli	FT	348 916 7204	01 Dicembre
Somma Vesuviana	FT/PT	farmaciapaganelli@gmail.com	01 Dicembre
Torre del Greco	FT/PT	farmaciaaicamaldoli@libero.it	28 Novembre
Napoli Posillipo	FT	farmaciakernot@tiscali.it	28 Novembre
Napoli	FT/PT	347 905 4470	28 Novembre
Frattamaggiore	PT	0818347981	28 Novembre
Napoli centro	FT	3498175664	28 Novembre
Capri	FT/PT	329 019 4506	8 Novembre
Torre Annunziata	FT/PT	340 266 8569	8 Novembre
San Giorgio Cremano	FT/PT	340 266 8569	8 Novembre
Varcaturò	FT/PT	380 156 4663	8 Novembre
Arzano	FT/PT	389 425 3645	8 Novembre
Casavatore	FT	verzegiovanni@yahoo.it	8 Novembre
Pozzuoli	FT/PT	334 356 9309	8 Novembre
Quarto	FT/PT	338 858 2655	3 Novembre

“La Nuit del la Paix” in onore di Denis Mukwege Premio Nobel per la Pace 2018

Una serata speciale quella di ieri sera al Teatro di Corte di Napoli.



L'evento segna un altro tassello per l'**Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli**, nel processo di creazione di una rete di aiuti al sostegno del miglioramento della salute di tutti e di chi ne ha più bisogno.

È stato firmato, nell'ambito del progetto

“Un Farmaco per Tutti”,

un protocollo di collaborazione con il premio **Nobel per la Pace 2018**

Dr. Denis MUKWEGE.

Nell'occasione sono stati donati farmaci e dispositivi sanitari per un valore di **110.000,00€**

1500 volte grazie ad ognuno di voi: “Concerto di Natale, Giuramento di Galeno e Medaglie alla Professione”



Una partecipazione delle grandi occasioni è stata quella dedicata a tutta la Categoria. Ha inizio con l'Inno d'Italia, il Giuramento di Galeno, con il concerto dell'Orchestra Scarlatti Yuniior, il Caduceo d'Oro 2022 ai Farmacisti Ucraini e ai Colleghi del progetto Un Farmaco per Tutti. Dopo la relazione del Presidente Santagada il teatro si è alzato in piedi tributando un caloroso applauso..

Di seguito alcuni momenti della serata





