



Proverbio di oggi.....

A' lietto astringito, cuccate ammezzo.

"Ho avuto un rapporto con una persona positiva all'HPV: e adesso?"

I consigli della specialista ad un lettore preoccupato di un'eventuale trasmissione dell'HPV

A 49 anni ho fatto la terza dose del **vaccino nonavalente per l'HPV**. Pochi mesi dopo ho avuto un rapporto intimo con una donna che poi ha scoperto dopo **test HPV** di essere positiva e di avere **una lesione di basso grado LSIL**, in attesa risultato biopsia.

Cosa posso fare per me e per la mia partner, il cui ultimo **Pap test** era negativo?

Ieri ho notato una piccola escoriazione sul pene che ogni tanto mi brucia un po'.

COSA POTREBBE ESSERE, CHE ESAMI FARE?

Risponde la dottoressa Ermelinda Monti, ginecologa esperta in patologia del tratto genitale inferiore e delle patologie HPV del **Policlinico di Milano**.

La presenza di escoriazioni sui genitali **non** è sempre riconducibile all'infezione da **HPV**, spesso possono essere anche il risultato ad esempio di dermatiti. Per questo motivo il consiglio è di effettuare una valutazione con il proprio **medico** o una visita specialistica **dermatologica** per riferire i sintomi.

Ciò che invece può essere caldamente raccomandato è la **vaccinazione HPV**, sia per lui (che in questo caso l'ha già ricevuta) che per lei, se non precedentemente effettuata.

Il vaccino contro l'HPV, infatti, riesce a proteggere contro i ceppi più comuni del virus, in particolare i ceppi cosiddetti ad alto rischio oncogeno, che sono la causa di **lesioni pre-tumorali e tumorali genitali (cervice, vagina e vulva, ano e pene)** ed extragenitali (cioè i tumori del distretto testa-collo) oltre ai ceppi che causano le **verruche genitali o condilomi**.

Alcuni studi, poi, suggeriscono anche che il vaccino aiuta a ridurre il rischio di recidiva di lesioni pre-tumorali o condilomi in pazienti precedentemente trattati per queste patologie.

In quest'ultimo caso il vaccino non viene usato come profilassi ma come prevenzione secondaria.

(Salute, Fondazione Veronesi)



PREVENZIONE E SALUTE

ICTUS, 30 minuti di attività fisica 5 volte a settimana riducono il rischio del 25%

#GreaterThanStroke è il tema della Giornata mondiale che pone l'accento sul ruolo preventivo dell'esercizio fisico. Focus anche sulle complicanze come la spasticità

Il cervello è il regista di un film complesso, dove ogni scena e movimento si svolgono in perfetta armonia. L'ictus è come un guasto improvviso nella pellicola: l'azione si blocca, le immagini si frammentano, lasciando chi lo subisce sospeso in un vuoto inaspettato. Come in un noir dove il protagonista perde la memoria, chi vive un ictus si trova a lottare per riappropriarsi di ogni parola e gesto, ogni frammento di sé.

L'ictus, di cui ricorre la Giornata mondiale il 29 ottobre, non è

solo un'interruzione fisica, ma uno spartiacque che segna un prima e un dopo, obbligando chi ne è colpito a ridefinire la propria esistenza. Il tema scelto dalla World Stroke Organization per l'edizione 2024 della Giornata Mondiale contro l'Ictus Cerebrale, è #GreaterThanStroke e punta a promuovere la prevenzione facendo leva sul 'potere' dello sport e dell'attività fisica.

COME FA L'ESERCIZIO A RIDURRE IL RISCHIO DI ICTUS?

Una persona su 4 è a rischio di ictus nel corso della propria vita, ma adottando semplici misure è possibile prevenirlo. Secondo la World Stroke Organization, solo 30 minuti di esercizio cinque volte a settimana possono ridurre il rischio di ictus del 25%. L'esercizio fisico gioca un ruolo importante nel ridurre diversi fattori di rischio, tra cui ipertensione, diabete, colesterolo, depressione e stress. Gli esperti raccomandano di essere il più attivi possibile nella vita di tutti i giorni svolgendo piccole attività quotidiane come camminare invece di prendere l'auto, fare le scale invece dell'ascensore, fare giardinaggio e i lavori domestici. È consigliabile che tutti svolgano almeno 2 ore e mezza a settimana di esercizio fisico moderato o intenso. Ciascuno può scegliere la sua formula, ma un buon modo per raggiungere questo obiettivo è essere attivi 30 minuti al giorno, 5 giorni alla settimana.

Chi ha già avuto un ictus, invece, come deve regolarsi? La World Stroke Organization spiega che l'esercizio fisico regolare può ridurre il rischio di avere un altro ictus e di sviluppare demenza oltre a migliorare il recupero come dimostra anche l'esperienza dell'ex portiere e capitano della Juventus, Stefano Tacconi, colpito dall'ictus nel 2022.

CON FIBRILLAZIONE ATRIALE RISCHIO 5 VOLTE MAGGIORE

Secondo gli ultimi dati, sono circa 120.000 le persone colpite da ictus ogni anno in Italia. Uno studio mostra che i pazienti con fibrillazione atriale hanno un rischio 5 volte maggiore di sviluppare ictus rispetto ad altri pazienti ipertesi. Purtroppo, il fatto che circa il 40% dei pazienti sia asintomatico rende difficile la diagnosi precoce.

“Nei pazienti a rischio elevato, lo screening della fibrillazione atriale può garantire innegabili vantaggi. L'età è un fattore di rischio rilevante per l'insorgenza della fibrillazione atriale, ma non dobbiamo sottovalutare:

- ✓ *l'ipertensione arteriosa, il diabete mellito, lo scompenso cardiaco, la malattia renale cronica, l'obesità, la broncopneumopatia cronica ostruttiva, la sindrome delle apnee ostruttive.*

In questi pazienti le linee guida raccomandano lo screening opportunistico della fibrillazione atriale”, dichiara Pasquale Perrone Filardi, presidente della Società Italiana di Cardiologia e ordinario di Cardiologia presso l'Università Federico II di Napoli.



LA SPASTICITÀ POST-ICTUS

Tra i 120mila pazienti con ictus, circa 45.000 sviluppano disturbi neurologici come la spasticità, una condizione invalidante che comporta difficoltà nei movimenti, con contrazioni muscolari che rendono difficili e dolorosi anche semplici gesti quotidiani. La spasticità si presenta in circa il 19% dei casi a 3 mesi e fino al 38% a un anno dall'episodio acuto, eppure a oggi solo il 18% delle persone che superano la fase acuta riceve una diagnosi di spasticità e soltanto 5.000 beneficiano del corretto trattamento.

PIÙ INFORMAZIONE E TEMPESTIVITÀ

Più della metà dei pazienti intervistati (57%) non sono stati informati preventivamente della possibilità che dopo l'ictus possa insorgere la spasticità e solo un quarto si dichiara ben informato su questa condizione che compromette lo svolgimento anche di semplici attività quotidiane, con un impatto negativo sulla qualità di vita dei pazienti e delle loro famiglie.

“I dati emersi dalla ricerca ci dimostrano quanto sia importante informare correttamente le persone fin da subito sui disturbi che possono insorgere dopo l'ictus, come la spasticità”.

Questa condizione invalidante si verifica spesso a distanza di mesi e addirittura di anni dall'episodio acuto e, se non correttamente riconosciuta dal paziente, si rischiano importanti ritardi nella sua gestione, con conseguenze sulla sua autonomia e sulla qualità di vita di tutto il nucleo familiare”.

7 PAZIENTI SU 10 CHIEDONO IL RICONOSCIMENTO DELLA SPASTICITÀ

Oltre la metà degli intervistati ha dichiarato di essersi rivolta nel tempo a più figure professionali per la gestione della spasticità post-ictus, in primo luogo al neurologo ospedaliero (58%) e al medico di medicina generale (57%). Se interrogati sulle aree di maggiore bisogno, quasi 7 intervistati su 10 evidenziano come priorità il riconoscimento della spasticità post-ictus e l'accesso alle cure (69%) e oltre la metà (55%) vorrebbe essere più informata sulle opzioni di trattamento disponibili e su come accedere ai percorsi di gestione di questa condizione invalidante.

“La gestione della spasticità post-ictus richiede un approccio multidisciplinare, personalizzato e prevede inoltre la combinazione di terapie farmacologiche e neuro-riabilitative”, spiega Antonio Suppa, dipartimento di Neuroscienze Umane, Sapienza Università di Roma e Irccs Neuromed. “Tra le opzioni terapeutiche farmacologiche, abbiamo a disposizione la tossina botulinica che, bloccando temporaneamente la trasmissione neuro-muscolare, determina una riduzione della spasticità favorendo un recupero funzionale. Infine, - conclude Suppa - la tempestività nell'individuazione e gestione della spasticità post-ictus è fondamentale per favorire il recupero e il mantenimento delle funzioni motorie da cui dipende, in ultima analisi, l'autonomia del paziente”.

PER 7 PAZIENTI SU 10 SERVE UN AIUTO PER LE ATTIVITÀ QUOTIDIANE

L'autonomia è, infatti, una delle priorità emerse nell'indagine, con la quasi totalità delle persone intervistate (90%) che hanno dichiarato di avere bisogno di supporto per la gestione del percorso sanitario, dalla prenotazione di visite ed esami, all'accompagnamento nelle strutture sanitarie. Inoltre, 7 pazienti su 10 evidenziano la necessità di essere aiutati nello svolgimento di attività domestiche quali la pulizia della casa, la spesa e il 60% si dichiara non autonomo nella gestione di bisogni primari quali la cura della persona e l'alimentazione.

DAI VALORE AL TUO CUORE

Un'altra iniziativa di prevenzione lanciata in occasione della Giornata Mondiale dell'Ictus è *Dai Valore al Tuo Cuore* promossa da Omron Healthcare che offrirà un check-up cardiovascolare gratuito in 3 importanti ospedali in Italia.

A Bologna (Policlinico S.Orsola-Malpighi), Roma (Policlinico Umberto I) e Napoli (Azienda Ospedaliera Universitaria Federico II), dalle ore 7 alle 15, si effettuerà il controllo della pressione sanguigna con Ecg e test di aritmie e fibrillazione atriale.

Gli operatori sanitari presenti in loco misureranno i parametri, insieme a una breve intervista al paziente, spiegheranno il rischio della patologia e l'importanza del monitoraggio domiciliare di pressione arteriosa ed Ecg. (*Salute, Fondazione Veronesi*)

PREVENZIONE E SALUTE

VENE VARICOSE: QUALI RIMEDI?

Possono sembrare solo un inestetismo, magari inevitabile con il trascorrere dell'età, eppure le vene varicose spuntano per motivi ben specifici, che nascondono spesso errate abitudini.

COSA SONO LE VENE VARICOSE?

Le **vene varicose** (o varici), ossia le **dilatazioni delle vene**, sono la manifestazione clinica più evidente dell'**insufficienza venosa degli arti inferiori**. Particolarmente comuni nelle donne, in genere aumentano progressivamente con l'età. Le vene varicose non dipendono esclusivamente da un fatto anagrafico, ma anche familiarità ed errati stili di vita. Per questa condizione non esiste una profilassi vera e propria ed è quindi molto importante la prevenzione, basata sulle abitudini comportamentali e sui controlli da parte dello specialista.



Le vene varicose sono la manifestazione di quali patologie?

Le vene varicose sono la manifestazione più eclatante della cosiddetta **malattia venosa cronica**, una sindrome che affligge il 35-40% della popolazione nei Paesi economicamente più sviluppati.

Le **donne sono più soggette a soffrire** di questa patologia rispetto alla popolazione maschile: a partire dai cinquant'anni il 40% delle donne soffre di una forma di malattia venosa cronica.

VENE VARICOSE: QUALI DISTURBI COMPORTANO?

Le vene varicose possono causare una serie di disturbi, come prurito, arrossamento cutaneo, senso di pesantezza agli arti inferiori. Inoltre, possono comparire **alterazioni della cute** più importanti, ipercromia (macchie scure), dermatiti, eczema, ulcere.

VENE VARICOSE: I FATTORI DI RISCHIO Esistono due tipi di fattori di rischio che portano a una maggior probabilità di sviluppare le vene varicose: quelli legati al paziente e quelli legati alla malattia.

I primi, in generale, sono:

- *l'essere femmina, per via delle gravidanze, del ciclo ormonale eccetera;*
- *la familiarità – per questo motivo occorre prestare particolare attenzione anche ai sintomi iniziali, specie se in famiglia si sono verificati casi di insufficienza venosa;*
- *la sedentarietà e la mancanza di attività fisica; il fumo; una scorretta alimentazione;*
- *l'età, perché le vene varicose sono disturbi che aumentano progressivamente con l'avanzare degli anni*

I fattori di rischio legati alla malattia vera e propria, invece, sono rappresentati dalla **non cura della malattia venosa nel tempo**, che porta ad avere complicanze, come l'estensione delle varici, la possibilità che si verifichino fenomeni di stasi e la comparsa di alterazioni cutanee e trombosi di tipo superficiale, o ancora più gravi, gli eventi trombotici che riguardano il sistema venoso profondo.

COME PREVENIRE LE VENE VARICOSE?

La prevenzione si basa innanzitutto sull'**eliminazione dei fattori di rischio**, quindi sulla **correzione dello stile di vita**. Occorre abituarsi a portare le calze elastiche di compressione terapeutica.

COME TRATTARE LE VENE VARICOSE? È possibile dare indicazioni per l'abolizione delle vene varicose, a partire dalle antiestetiche "**teleangectasie**" (i cosiddetti **capillari**) fino alle varici di più grandi dimensioni. Il trattamento con la **schiuma sclerosante** o scleromousse è molto ben tollerato, si può eseguire in ambulatorio, senza anestesia. La particolare formulazione della schiuma sclerosante permette di seguire ecograficamente il decorso della sclerosi con un controllo immediato del trattamento.

Per i casi più estesi si fa ricorso ai **trattamenti chirurgici endovascolari**, che possono contare sulle nuove pratiche messe a disposizione dalla tecnologia. Le procedure endovascolari si conducono in anestesia locale, hanno risultati paragonabili alla chirurgia tradizionale, tuttavia con minori complicanze ed effetti collaterali, meno incidenza di infezioni, ematomi, parestesie legate alla presenza di cicatrici chirurgiche. (*Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE**Micosi delle UNGHIE: che cos'è e come prevenirla**

La micosi delle unghie è un'infezione che può presentarsi in modi differenti, per esempio, con una macchiolina bianca o gialla, verde o marrone.

Nonostante sia piuttosto comune, soprattutto tra gli sportivi, è importante non sottovalutarla, poiché se non trattata tempestivamente può diffondersi e causare complicazioni più gravi.

MICOSI DELLE UNGHIE: LE CAUSE

L'infezione fungina delle unghie può essere causata da diversi tipi di funghi, tra cui *Trichophyton* ed *Epidermophyton*. Inoltre, lieviti, come quelli appartenenti al genere *Candida*, e muffe, come ad esempio *Aspergillus*, possono anche essere responsabili di questo tipo di infezione. Una delle principali cause è **l'ambiente caldo e umido** che si crea all'interno delle scarpe, favorendo la crescita e la diffusione rapida dei funghi.

Questo spiega il motivo per cui le unghie dei piedi sono più comunemente colpite rispetto a quelle delle mani. Inoltre, l'infezione fungina può essere contratta camminando a **piedi nudi negli spogliatoi delle palestre e nelle piscine**. Altre cause possono includere traumi derivanti dall'uso di **calzature strette o da attività sportive specifiche**, con un maggior rischio di attecchimento del fungo sulle unghie già lesionate.

QUALI SONO I SINTOMI DELLA MICOSI DELLE UNGHIE?

I sintomi del fungo delle unghie possono comprendere:

- fragilità e friabilità dell'unghia; deformazione dell'unghia
- lamina opaca e con colorazioni differenti all'interno
- infiammazione dei tessuti circostanti all'unghia.

MICOSI DELLE UNGHIE: QUANDO RIVOLGERSI AL DERMATOLOGO?

La valutazione di una sospetta infezione fungina va effettuata dal dermatologo. Sarà il professionista a prescrivere un **esame micologico**, che si effettua prelevando un frammento di unghia per l'esame al microscopio, al fine di individuare la presenza di ife e spore, elementi caratteristici dei funghi. Inoltre, può essere eseguito un **esame colturale** che consente una diagnosi più precisa dell'onicomicosi.

COME TRATTARE IL FUNGO DELLE UNGHIE? sono disponibili diverse opzioni, come:

- ❖ **Pomate o smalti antimicotici** da applicare direttamente sull'unghia.
- ❖ **Crema a base di urea al 40%**.
- ❖ **Antimicotici orali**, quali *Itraconazolo*, *Fluconazolo* e *Terbinafina*.

Per favorire la penetrazione dei prodotti antifungini, è possibile eseguire una fresatura della lamina, da ripetere ogni 15 giorni, oppure applicare crema all'urea al 40% per 3 o 4 settimane. Le cure per le onicomicosi richiedono molto tempo e devono durare almeno 4-6 mesi, soprattutto nel caso dei piedi.

L'**onicomicosi** non è un processo grave e generalmente non comporta rischi per la salute. Tuttavia, nei soggetti immunocompromessi, può estendersi ad altre unghie e ai tessuti circostanti. Per evitare il fai da te, è consigliabile rivolgersi a un dermatologo per ottenere una diagnosi corretta e una terapia adeguata. Inoltre, è importante notare che alterazioni ungueali di diversa natura, come la **psoriasi ungueale**, possono essere scambiate erroneamente per onicomicosi e richiedere un approccio terapeutico diverso.

COME PREVENIRE LA MICOSI IN PISCINA? La piscina è uno dei luoghi più a rischio funghi. Per evitare il rischio di infezioni è importante adottare alcune precauzioni.

- **Indossare sempre le ciabatte** per evitare di camminare a piedi nudi nelle docce o negli spogliatoi.
- **Mantenere i piedi**, comprese le unghie, il più possibile **asciutti e puliti**.
- **Evitare di tagliare la pelle intorno alle unghie** per prevenire l'accesso dei germi.
- **Evitare l'applicazione di smalto** nelle zone con infezioni fungine.

- **Lavare accuratamente le mani** dopo aver toccato un'unghia infetta. (*Salute, Humanitas*)



Piazza del Plebiscito - SALUTE PER TUTTI

Si sono **concluse** le Giornate Napoletane della Salute, Prevenzione e Benessere: Sabato 26 e Domenica 27 Ottobre, ed hanno visto la partecipazione **31.740 cittadini**.

Si è chiusa con successo la due giorni **Salute per Tutti**, organizzata dal *Comune di Napoli* e con il *Patrocinio della Regione Campania* e dell'*Università Federico II* per offrire ai cittadini **attività interventistiche, visite e screening diagnostici, attività divulgative e informative**.

L'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli in sinergia con Federfarma Napoli nell'ambito della Farmacia dei Servizi ha offerto i seguenti servizi:

- ✓ **Elettrocardiogramma, Spirometria, Ecodoppler per Insufficienza Venosa, Moc Calcaneare,**
- ✓ **Quadro Lipidico, Trigliceridi, Colesterolo, Glicemia, Emoglobina Glicata**

Sono stati 1500 i cittadini che hanno fruito delle prestazioni della nuova Farmacia dei Servizi







Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA

ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

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

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Napoli	FT/PT	339 659 0618	23 Ottobre
Giugliano	FT/PT	335 621 0670	23 Ottobre
Casoria	FT/PT	339 525 2888	23 Ottobre
Pomigliano	FT/PT	333 866 2829	23 Ottobre
Melito	FT/PT	rosa.russo@farmaciameo.com	23 Ottobre
Melito	FT/PT	338 464 3351	23 Ottobre
Meta di Sorrento	FT/PT	081 878 6205	17 Ottobre
Giugliano	FT/PT	335 621 0670	17 Ottobre
Giugliano	FT/PT	339 268 9861	17 Ottobre
Napoli Rione Alto	FT/PT	342 804 0033	17 Ottobre
Grumo Nevano	FT/PT	393 711 5085	17 Ottobre
Casoria	FT/PT	farmaciacasoria@gmail.com	17 Ottobre
Napoli Rione Alto	FT/PT	342 804 0033	08 Ottobre
Grumo Nevano	FT/PT	393 711 5085	08 Ottobre
Casoria	FT/PT	347 340 7330	08 Ottobre
Torre del Greco	FT/PT	farmaciaaicamaldoli@libero.it	01 Ottobre
Napoli Centro	FT/PT	335 641 5671	01 Ottobre
Cicciano	FT/PT	farmaciaticciano@gmail.com	01 Ottobre
Napoli Posillipo	FT/PT	333 446 7726	25 Settembre
Napoli Chiaia	FT/PT	339 469 6321	25 Settembre