



Periodico Trimestrale - Anno 5 Numero 21 - Primavera 2017

insjeme

per il tuo stare bene

*Il Laboratorio di Analisi / La Contraccezione di
Emergenza / Cosa sono i Disturbi Specifici d'Ap-
prendimento? / Faccette in Ceramica: il Sorriso dei
VIP / L'Ipoacusia / Risonanza Magnetica / Una Pol-
trona a portata di Tutti / Troppe ore al Computer?*



Paolo
BOTTARI

Con l'arrivo della primavera
è il momento di rodare il motore...

Insieme... buono per ogni Stagione

La parte più fredda dell'anno ormai è alle spalle e questo, anche se forse di pioggia ne vedremo ancora un po', vediamo con soddisfazione che le ore di luce e sole si sono allungate grazie all'arrivo della primavera, che ci consentirà di passare più tempo all'aria aperta.

I rigori di quest'inverno, che per la verità si è dimostrato meno freddo del previsto, ormai hanno lasciato il posto ai colori e profumi e anche alla mitezza del clima primaverile. E per questo è il momento di rimettersi in moto o se vogliamo in forma. Passeggiate, jogging, escursioni e perché no, anche una prima tintarella, se non al mare magari in terrazza o in giardino, sole permettendo, tutto adesso è possibile e non ci sono più scuse.

Questo periodo ha da sempre la funzione di ricaricare le batterie per rigenerare positività ed entusiasmo e restituirci quella dose di energia necessaria a riavviare il motore per realizzare nuovi propositi. Escursioni,

*Questo periodo ha da sempre
la funzione di ricaricare
le batterie per rigenerare
positività ed entusiasmo*

ni, sport e gite sono sempre le più indicate per riconciliare lo spirito con il corpo ed avviarlo verso una lenta e piacevole ripresa. Riposo, relax e benessere diventano invece un piacevole passatempo alla ricerca di quel

benessere, prima fisico e poi umorale, che in ognuno di noi ha esigenze diverse.

E come sempre, dopo il successo ottenuto a febbraio nell'ambito della manifestazione LuccAnziani, dove la nostra Associazione "Insieme" ha partecipato al gran completo, siamo pronti per nuove iniziative che ci consentano di farci conoscere e di raggiungervi nei posti da voi più frequentati, sempre tenendo presente che per cono-



scere a pieno i servizi dei nostri esperti, potrete sempre andarli a trovare presso le loro sedi.

Prodotti e servizi, adatti per tutte le età, in grado di assicurarvi il massimo benessere e comfort e soprattutto tanti consigli per risolvere le vostre curiosità. La salute è un bene prezioso che va tutelato agendo in anticipo per stare bene con se stessi e con gli altri. E presso i nostri esperti che, attraverso questo giornalino continuano a darvi i consigli sui problemi più comuni che ci sollevate, avrete anche la possibilità di ricevere una prima consulenza gratuita e di fare un primo importante controllo della vostra salute.

Ma “Insjeme”, è bene ricordarlo, è soprattutto una vasta gamma di servizi, differenziati per tutte le età, che vengono messi a disposizione dai nostri esperti, che hanno creato una rete di assistenza e consulenza in grado di aiutarvi in ogni vostra esigenza.

Continuate a seguirci, attraverso il nostro sito www.insjeme.it, con cui possiamo instaurare un filo diretto e potrete conoscere in anteprima tutte le iniziative che ci riguardano.



Insjeme - Per il tuo stare bene

Testata Reg. presso Trib. Lucca n. 6/2013

Anno 5 - n. 21 - Primavera 2017

Editore: **Tipografia Francesconi snc**

Direttore responsabile: **Paolo Bottari**

Imm. Copertina: © antart, 2017/shutterstock.com
Le immagini fotografiche sono protette ai sensi del D.lgs. 633/41 che ne vieta la riproduzione o la duplicazione con qualsiasi mezzo. Gli articoli firmati impegnano esclusivamente gli autori. Dati ed informazioni tecniche sono generalmente fornite dagli autori degli articoli.

Grafica: **Grafedia**

Stampa: **Tipografia Francesconi snc**
redazione@insjeme.it - www.insjeme.it - 0583 462139

Insjeme è:

**Audix, Casa del Materasso, Centrottica Lucca,
Densanea Clinica Dentale, Lamm Centro Anlisi,
Martini Centro Medico**

Project: **Grafedia**

Project Partners: **Araneus, Farmalucca,
Tipografia Francesconi**



Charles
DI BENEDETTO

La soluzione giusta per proteggere i tuoi occhi

Troppe ore al Computer?

Sembrano delle lenti normali, trasparenti e invece sono in grado di proteggere i nostri occhi da raggi ultravioletti, dalla luce artificiale, come il neon e il led ed in particolare dalla luce blu. Ore e ore passate davanti al computer, a tablet, a schermi di smartphone, o a luci al led sicuramente non fanno bene alla vista; è possibile avere degli occhiali con lenti trasparenti, capaci di far riposare i nostri occhi ed eliminare ogni sfarfallio.

La novità consiste proprio nella protezione totale, fino ad ora esistevano delle lenti “trattate” o colorate che tentavano di ridurre il problema, ma in realtà alteravano la percezione dei colori, o riducevano la visione. Dietro agli schermi dei pc, di monitor tv, e di illuminazione al led c'è anche una luce blu che può dar fastidio e causare problemi quanto più è prolungato l'impiego.

Questi dispositivi come smartphone e tablet emettono fino al 40% in più di luce blu, che avendo una lunghezza d'onda corta ha

frequenza ed energia alta e penetra nell'occhio. Molto spesso le persone lamentano fastidi durante l'utilizzo prolungato di dispositivi digitali: occhi rossi e secchi, mal di testa, vista annebbiata.

Si chiamano lenti lutina e sono lenti oftalmiche “da occhiale”, completamente trasparenti in grado di risolvere il problema a chi sta davanti a questa luce per tante ore. Inoltre questa tipologia di lente, è un importante strumento di protezione per chi soffre di maculopatia ma è consigliato per la prevenzione da qualsiasi patologia, fin da giovani!

Perchè la protezione è così importante?

La macula è la zona centrale della retina, dove sono presenti circa 130 milioni di fotorecettori il cui compito è quello di garantire una visione chiara.

La luteina presente nella macula, è un carotenoide fondamentale per i nostri occhi e non può essere prodotto dal nostro organismo. Essa è coinvolta in numerosi effetti benefici nella protezione dei tessuti oculari dai danni causati dalla luce: il ruolo principale della luteina è quello di assorbi-

*Molto spesso le persone
lamentano fastidi durante
l'utilizzo prolungato di
dispositivi digitali*



re la luce naturale per proteggere l'occhio dall'azione dei raggi UV e HEV, riducendo così lo stress ossidativo. Il danneggiamento della luteina, come dimostrano studi scientifici, è una delle principali cause della degenerazione maculare senile.

Grazie alla continua ricerca, nascono le lenti lutina: un concetto innovativo di lenti oftalmiche per correggere la vista, proteggere gli occhi e preservare la luteina presente nell'occhio.

Le lenti lutina sono in grado di bloccare totalmente i raggi UV e HEV, responsabili della degenerazione maculare, garantendo una protezione dai raggi nocivi del 94% (più del doppio rispetto ad una lente standard) e permettendo una notevole riduzione anche dello stress ossidativo.



Pietro
ARRIGONI

Quante persone ne soffrono?

L'Ipoacusia

Oltre il 5% della popolazione mondiale soffre di ipoacusia.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità stima che siano 500 milioni le persone al mondo che ne soffrono. In Italia su 60 milioni di abitanti, 7 milioni e 700mila persone hanno una perdita uditiva, circa il 19% della popolazione italiana!

Questo problema è comunemente associato all'età avanzata, anche se una percentuale sorprendentemente elevata di persone affette da ipoacusia è molto più giovane di quanto si pensi: 32 milioni di bambini al mondo soffrono

di questo problema. Traffico, macchinari, musica e TV contribuiscono a creare ambienti rumorosi che possono condurre ad una perdita uditiva, con ripercussioni su tutte le fasce d'età.

Traffico, macchinari, musica e TV contribuiscono a creare ambienti rumorosi che possono condurre ad una perdita uditiva, con ripercussioni su tutte le fasce d'età

I dati analizzati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità provenienti da studi condotti nei paesi a medio e alto reddito stimano che quasi il 50% degli adolescenti e giovani tra i 12-35 anni, è esposto a livelli pericolosi di rumore a causa di:

- uso non sicuro di dispositivi audio personali;
- esposizione a livelli di rumore dannosi in luoghi di intrattenimento e socializzazione.

Quando l'esposizione è particolarmente forte, regolare o prolungata, può portare a danni permanenti delle cellule sensoriali dell'orecchio interno (coclea), con conseguente perdita irreversibile dell'udito, e effetti sulla salute fisica e mentale.

L'ipoacusia può essere:

CONGENITA: Presente alla nascita come sindrome neonatale. Può essere di natura ereditaria o causata da uno sviluppo anomalo durante la gestazione.

ACQUISITA: Può essere dovuta a un gran numero di fattori. Questi



includono traumi, presbiacusia (perdita naturale dell'udito dovuta all'età), esposizione a livelli di rumore eccessivo o malattie infettive. L'ipoacusia può essere anche un effetto collaterale di alcuni farmaci particolari, detti ototossici.

Nelle fasi iniziali una persona con perdita dell'udito può avere difficoltà a comprendere il parlato, è in grado di sentire i suoni, ma non distingue le parole.

Ciò può essere più evidente in situazioni in cui il rumore di fondo è elevato (ad esempio in un ristorante).

Talvolta si può manifestare anche una sensazione di ronzio alle orecchie definito acufene.



Dott.ssa Carlotta
MARTINI

Un esame diagnostico innocuo

Risonanza Magnetica

La risonanza magnetica è un esame che esplora il corpo umano attraverso onde radio ed un campo magnetico. È un esame innocuo, al contrario degli esami che utilizzano raggi X, e per questo può essere effettuato anche su donne in gravidanza. Gli unici pazienti che non possono sottoporsi a risonanza magnetica sono i portatori di pace-maker e tutti coloro che abbiano all'interno del corpo materiale magnetico (clip metalliche, protesi metalliche, schegge metalliche).

Esistono risonanze magnetiche di diversa potenza, con applicazioni diverse: a seconda del distretto corporeo e del sospetto diagnostico del medico che prescrive l'esame, servirà una risonanza "ad alto campo" o "a basso campo". Il principale vantaggio delle risonanze "a basso campo",

per il paziente, sta nell'assenza del classico "tubo" in cui il paziente stesso deve rimanere sdraiato fino al completamento dell'esame, sperimentando spesso una sgradevole sensazione di "fame d'aria" o di claustrofobia vera e propria. D'altro canto, lo svantaggio della risonanza "a basso campo" sta appunto nella minor forza del campo magnetico, con una conseguente minor definizione dei dettagli. Tale svantaggio, grazie allo sviluppo di software più avanzati, è oggi molto minore rispetto a qualche anno fa.

Per alcuni distretti la differenza tra risonanza ad alto e basso campo è praticamente impercettibile. La scelta tra l'una o l'altra varia in funzione delle richieste del medico, e talvolta anche della disponibilità economica e temporale del paziente. Le risonanze ad alto campo, infatti, sono meno disponibili perché presenti in minor numero sul territorio.

Un valido esempio, oltre che una delle più comuni applicazioni della risonanza magnetica nei pazienti ambulatoriali, è rappresentato dalla risonanza

*È un esame innocuo,
al contrario degli esami
che utilizzano raggi X,
e per questo può essere
effettuato anche su
donne in gravidanza*



nanza magnetica del rachide lombosacrale. I soggetti con mal di schiena resistente alla terapia, generalmente, vengono indirizzati dal medico di famiglia verso uno specialista della colonna.

Lo specialista, nella maggior parte dei casi, richiede un esame RX della colonna e una risonanza magnetica.

In una buona percentuale di pazienti un esame a basso campo del rachide lombosacrale è sufficiente, insieme alla RX della colonna, per inquadrare il paziente e indirizzarlo verso il corretto iter terapeutico.



Dott. Gabriele
BROGI

Come avere dei denti bianchi e splendenti
e piacersi di più

Faccette in Ceramica: il Sorriso dei VIP

Oggi i pazienti pretendono dal proprio dentista non solo un risultato funzionalmente perfetto del trattamento, ma anche e sempre più spesso anche un miglioramento del proprio aspetto. Denti bianchi, splendenti e regolari, sono attraenti e riconosciuti come un segno di vitalità e di benessere del corpo. Inoltre, un sorriso accattivante influenza in modo decisivo la fiducia in se stessi. Chi ha dei denti belli sorride più spesso e più volentieri di chi sa di avere dei denti brutti e preferisce nascondersi.

Le faccette sono sottilissimi gusci di ceramica: applicate sulla superficie esterna del dente, ne mascherano imperfezioni legate al colore, alla forma o alla posizione.

La preparazione del dente quando è necessario, consiste nell'asportare un piccolo spessore di sostanza dentale, variabile secondo il caso; si tratta di una procedura conservativa, che non comporta danno alla polpa e rimane entro i limiti dello smalto. Lo spessore molto sottile della ceramica (0,4 - 0,6 mm) conferisce al rivestimento quella semi-trasparenza così naturale che ha fatto il successo di questo restauro. Infatti, lo speciale effetto "lente a contatto" lo rende praticamente invisibile.

Attraverso una particolare e moderna tecnica di adesione chimica tra la ceramica e lo smalto si ottiene un risultato efficiente ed estetico eccezionale che riproduce il colore, forma e translucenza dei denti naturali. Difatti alcune volte si ha molta difficoltà nel distinguere i denti ricoperti con faccette di ceramica da quelli naturali.

Quali vantaggi offrono le faccette?

Paragonabile ad una normale corona, la procedura è molto più conservativa per i denti, poiché viene sacrificata una quantità molto minore di sostanza dentale. Inoltre, le faccette sono durevoli nel tempo e resistenti alle

Le faccette sono sottilissimi gusci di ceramica: applicate sulla superficie esterna del dente, ne mascherano imperfezioni legate al colore, alla forma o alla posizione

forze masticatorie.

Il loro punto forte è però l'eccezionale estetica, molto superiore a quella di una corona realizzata su una cappetta di metallo. Al contrario di una corona metallo-ceramica, il bordo tra la sottile faccetta di ceramica ed il dente naturale è praticamente invisibile, e non deve quindi essere posto sotto la gengiva. Con le

faccette non esiste il noto problema di irritazioni gengivali causato dalle corone, con conseguente retrazione delle gengive e visibilità dei margini delle corone. Per i denti molto scuri, prima dell'applicazione delle faccette si consiglia un trattamento preliminare di sbiancamento, per evitare trasparenze di colore indesiderate.

© Studio La Magica, 2017/shutterstock.com



Le faccette si utilizzano su un dente fondamentalmente sano, ma con problemi estetici, tra i quali:

-Discromie: macchie permanenti che non si possono migliorare con le tecniche di sbiancamento

-Diastemi (spazio fra i denti): si applicano ai denti faccette di dimensione leggermente maggiore di quella della superficie di applicazione, in modo da riempire gli spazi vuoti.

-Denti con anomalie di forma

-Denti che presentano difetti dello smalto: l'amelogenesi imperfetta.

Per simili correzioni si richiedono tecniche cliniche

-Denti con forme scorrette o usurate

-Denti abrasi e/o erosi: da cause chimiche (vomito da bulimia, abuso di bevande acide, quali limone o vari tipi di cola); meccaniche (bruxismo, scorretto spazzolamento).

-Denti con anomalie di posizione: denti ruotati o disallineati che possono essere corretti con l'utilizzo delle faccette. Con questa tecnica si ha la possibilità di migliorare immediatamente l'aspetto dei denti disallineati o affollati.

Vantaggi e svantaggi delle faccette

Le faccette in porcellana richiedono una preparazione del dente estremamente conservativa e consentono il raggiungimento di un risultato este-

tico che non ha eguali con altri trattamenti. Presentano una forte resistenza all'abrasione e un'elevata stabilità cromatica a lungo termine.

La durata del restauro e la perfetta adesione al dente si devono all'eccellente legame del cemento resinoso con la ceramica e lo smalto mordenzati. Questo legame, infatti, è il più forte tra quelli ottenibili in odontoiatria, grazie agli adesivi smalto-dentinali, le "colle" che rendono possibile legare i materiali da restauro estetico con i tessuti dentari. Una volta cementate al dente, inoltre, diventano tutt'uno con esso e rinforzano la struttura residua del dente. Sono necessarie poche sedute per la loro realizzazione

Le faccette in porcellana rappresentano un eccellente trattamento in tutti i casi in cui si voglia migliorare forma e colore dei denti, aumentando il piacere del paziente di sorridere liberamente. Oggigiorno le faccette presentano una forte resistenza all'abrasione e un'elevata stabilità del colore e con le nuove tecniche di cementazione il rischio di frattura è probabilmente inferiore a quello delle corone in metallo ceramica o in ceramica integrale.

Pazienti con parafunzione (sfregamento e serramento dei denti) non sono candidati ideali per un simile trattamento; in questi casi, è consigliabile risolvere il problema prima ancora di procedere a un progetto di restauro.

Due parole sulla manutenzione:

Dopo essere state incollate, le faccette di ceramica essendo molto resistenti, non si scoloriscono e non hanno bisogno di manutenzione, a parte la regolare e corretta igiene orale quotidiana.

Le faccette si mantengono integre per molto tempo, se vengono seguiti gli appositi protocolli di fabbricazione da parte del dentista e di mantenimento e controllo igienico da parte del paziente.

Come posso prendermi cura delle mie faccette?

Le faccette vanno gestite come se fossero dei denti normali. Vanno spazzolate quotidianamente dopo i pasti con un movimento gentile dello spazzolino verso il basso, movimento che non dovrà essere traumatico per la gengiva per evitare retrazioni gengivali.

Anche con la presenza di faccette è necessario utilizzare quotidianamente (meglio la sera prima di coricarsi) il filo interdentale, prestando particolare attenzione al bordo gengivale.

Per prevenire danni o fratture alle faccette evitare di addentare cibi od oggetti troppo duri (es. ghiaccio, etc).

I denti con faccette, come tutti gli altri denti, richiedono controlli regolari (normalmente ogni sei mesi), che, associati ad una scrupolosa igiene orale, oltre a mantenere sani denti e gengive, permettono alle vostre faccette di durare il più a lungo possibile.



Dott.ssa Barbara
MATTEOLI

Passato, presente e futuro

Il Laboratorio di Analisi

La ‘medicina di laboratorio’ è una branca della medicina che si può definire come la scienza delle analisi che studiano natura e entità delle alterazioni che si verificano nel corso della malattia. Analisi chimo-fisiche e microbiologiche permettono di ricavare dati utilizzabili sia a fine diagnostico che preventivo che per il monitoraggio della terapia medica.

Lo sviluppo delle analisi cliniche si associa a quello del pensiero medico nel corso dei secoli, è nell’antica Grecia che la medicina inizia ad affrancarsi da implicazioni magiche e dal dogmatismo sacerdotale, ma è con la rivoluzione del pensiero che si pongono le basi della medicina moderna. Dal momento in cui la chimica diventa una scienza basata sulle misurazioni inizia la messa a punto dei primi test chimici a uso diagnostico, cioè

alle prime vere analisi cliniche. Tra le tante, è possibile ricordare la prova di Feheling per la ricerca dello zucchero nelle urine (1848), il test di Pettenkofer per i pigmenti biliari (1844), e quelli di Heller per l’albuminuria e l’ematuria (1852).

Oggi il laboratorio di analisi è un vero e proprio sistema di indagini cliniche e microbiologiche, finalizzato ad accrescere gli strumenti per la diagnosi. Si tratta di una logica che, pur diversificandosi da quella del cli-

nico vero e proprio, si prefigge l’integrazione dei dati soggettivi con quelli obiettivi, e presuppone differenti gradi d’intervento a seconda dei vari livelli di diagnosi e di cura: esami d’urgenza, di base, di approfondimento, di monitoraggio.

L’attuale organizzazione dei presidi sanitari e gli scopi per i quali gli esami di laboratorio vengono richiesti dal medico comportano diverse modalità di prescrizione ed esecuzione: analisi singole, raggruppamenti storici es. emocromo, prove di funzionalità dinamiche e metaboliche, esami di screening. Un caso particolare riguarda gli esami d’emergenza, cioè quelle

*Analisi chimo-fisiche
e microbiologiche
permettono di ricavare
dati utilizzabili sia
a fine diagnostico che
preventivo che per
il monitoraggio della
terapia medica*



analisi cliniche, che consentono in tempi brevi di formulare una diagnosi o di impostare o confermare tempestivamente un trattamento terapeutico. Gli esami di emergenza un tempo venivano eseguite quasi esclusivamente in ambiente ospedaliero, ad oggi però è il laboratorio di analisi privato che presenta spesso un'organizzazione migliore in grado di rispondere alle esigenze di emergenza urgenza.

Il Laboratorio di analisi è un ambiente di alta tecnologia con struttura e organizzazione di notevole complessità; si tratta di un modello a settori, che comprende la biochimica clinica, la microbiologia, la biologia molecolare che permette di eseguire prestazioni di particolare impegno tecnologico e scientifico. Per la corretta esecuzione delle analisi che rispondano in modo esaustivo ai quesiti clinici è fondamentale l'organizzazione e il coordinamento di varie strutture di accettazione del campione biologico che valutino l'idoneità dei campioni e la corretta immissione nel gestionale delle richieste e strutture adeguate per l'esecuzione dei prelievi con presenza capillare sul territorio; il tutto deve essere coordinato da un sistema informatizzato globale che permetta la tracciabilità e il controllo di tutte le fasi operative. La struttura consente di analizzare il campione e di fornire i risultati nel più breve tempo possibile, diminuendo al massimo le possibilità di errore. Il laboratorio è inoltre sottoposto a rigidi 'controlli di qualità', che rappresentano l'applicazione della 'qualità totale'.

Nella pratica clinica, nella forma diagnostica più immediata il medico individua un quadro clinico patognomonico e a un'attenta anamnesi seguo-

no test di laboratorio mirati a confermare la diagnosi; altre volte, il procedimento diagnostico si attua attraverso definiti da protocolli logici (linee guida) in cui le analisi cliniche sono richieste in modo sequenziale, a seconda della fase di osservazione clinica. Ma il ruolo del laboratorio di analisi risulta fondamentale nel caso di un approccio diagnostico di tipo sistematico, necessario per un malato che presenti disturbi complessi o lamenti

*Tutti gli esami di
biologia molecolare oggi
disponibili in centri
altamente specializzati
permettono una diagnosi
rapida e specifica, a volte
impossibile con i sistemi
diagnostici*

sintomi vaghi e non chiaramente localizzabili; in questi casi spesso il medico è costretto a richiedere numerosi esami di laboratorio non mirati, diretti ad analizzare tutti gli aspetti clinici che riguardano il paziente. Presso strutture di alta specializzazione, sono disponibili test di ultima generazione che mediante tecniche di alta specializzazione di biologia molecolare permettono ad esempio la rilevazione di più agenti patogeni nello stesso

campione come batteri, virus e parassiti nei campioni di feci; questi test permettono una diagnosi tempestiva, importante soprattutto in età pediatrica, che riduce il decorso della patologia e la durata del trattamento. Tutti gli esami di biologia molecolare oggi disponibili in centri altamente specializzati permettono una diagnosi rapida e specifica, a volte impossibile con i sistemi diagnostici di routine; essendo analisi multiple permettono inoltre una riduzione dei costi a vantaggio del paziente e rappresentano la medicina di laboratorio del futuro.





Dott.ssa Gabriella
BRUNETTO

Quali metodi seguire per evitare
gravidanze indesiderate

La Contraccezione di Emergenza

La salute sessuale e riproduttiva è un diritto umano fondamentale. I progressi scientifici forniscono alle coppie un'ampia scelta di metodi contraccettivi efficaci e sicuri. La contraccezione di emergenza contribuisce al diritto della donna per la salute riproduttiva e le offre un'ultima possibilità di prevenzione di una gravidanza indesiderata dopo un rapporto sessuale non protetto o protetto in modo inadeguato.

Al momento sono disponibili in Italia 3 metodi contraccettivi autorizzati: spirale al rame intrauterina, ulipristal acetato compresse da 30 mg, Levonorgestrel compresse da 1,5 mg.

La contraccezione di emergenza contribuisce al diritto della donna per la salute riproduttiva e le offre un'ultima possibilità di prevenzione di una gravidanza indesiderata dopo un rapporto sessuale non protetto o protetto in modo inadeguato

La contraccezione di emergenza può ridurre il rischio di gravidanza indesiderata del 75-99% a seconda del presidio scelto e del momento del ciclo in cui viene assunta.

La spirale intrauterina utilizzata per la contraccezione di emergenza deve essere inserita entro 48 ore dal rapporto non protetto. Il suo posizionamento richiede l'intervento di un ginecologo pertanto è un metodo poco fruibile in regime di emergenza.

La contraccezione di emergenza di tipo ormonale è molto più accessibile dato che di recente le due specialità in commercio sono diventate farmaci senza obbligo di ricetta. Nessuna delle due molecole è un abortiva, infatti entrambe spostano in avanti l'ovulazione in modo da ostacolare l'incontro tra ovulo e spermatozoi. In particolare l'ulipristal riesce a ritardare la rottura del follicolo e quindi l'ovulazione di 5 giorni dalla somministrazione anche se il picco del LH ha già cominciato a salire. Il levonorgestrel non è altrettanto efficace in prossimità dell'ovulazione. Se tuttavia l'ovulazione è avvenuta

nessuno dei due prodotti influisce sullo sviluppo dell'embrione né sul suo impianto. L'efficacia del metodo contraccettivo dipende dalla tempestività dell'assunzione: per l'ulipristal la finestra di somministrazione è maggiore: circa 5 giorni dal rapporto mentre per il levonorgestrel l'efficacia è massima se assunto entro 24-48 ore dal rapporto con un limite max di 72 ore.

Entrambi i prodotti sono in genere ben tollerati. Sono stati segnalati

© Image Point Fr, 2017/shutterstock.com



a seguito dell'assunzione alterazioni del ciclo successivo, in particolare ritardi o anticipo della mestruazione, spotting, più raramente mal di testa, nausea, vomito e dolore addominale. Se il vomito si manifesta entro 3 ore dall'assunzione potrebbe essere necessaria una

nuova somministrazione.

La contraccezione di emergenza rappresenta una opzione di seconda scelta che non può essere intrapresa più volte nel mese. La donna che decide di assumere tali farmaci deve intraprendere misure contraccettive aggiuntive fino alla successiva mestruazione perché l'assetto ormonale viene perturbato.

È opportuno ricordare che la contraccezione di emergenza non protegge dalle malattie sessualmente trasmissibili, pertanto in caso di rapporti occasionali è bene valutare l'adozione di misure preventive adeguate.

Se la donna è a rischio gravidanza può accedere alla contraccezione di emergenza a qualsiasi età. Tuttavia in caso di minorenni il farmacista è tenuto a consegnare il farmaco solo dietro presentazione di ricetta medica.

Un medico o un farmacista opportunamente formato dovrebbero essere un grado di consigliare opportunamente una donna che richiede la contraccezione di emergenza. Entrambi i farmaci non presentano rischio di sovradosaggio (blister provvisto di una sola dose); hanno un unico schema posologico; il rapporto non protetto è l'unica indicazione che ne giustifica la dispensazione, non sono teratogene, sono ben tollerate e hanno poche interazioni con altri farmaci. Ad oggi non sono stati evidenziate deviazioni dall'uso di contraccettivi orali a seguito della possibilità di fruire della pillola del giorno dopo senza obbligo di prescrizione. Per contro la richiesta di tale presidio può essere per il farmacista o il medico un'occasione di counselling sulla contraccezione stabile e la prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili.



Domenico
CARONNA

Quando il relax diventa una preoccupazione

Una Poltrona a portata di Tutti

La nostra vita sta diventando ogni giorno più sedentaria e capita così, soprattutto con il passare degli anni che si trascorra molto tempo seduti a casa a guardare la televisione o a rilassarsi.



Farlo però su una seduta che non permette il giusto sostegno lombare può causare gravi dolori muscolari nelle persone più giovani e ridurre l'autonomia delle persone più anziane che rischiano di mettere a repentaglio la loro salute svolgendo da soli un gesto semplice come rialzarsi dalla poltrona.

A questo proposito è bene sapere che esiste un'enorme gamma di prodotti studiati apposta per le vostre esigenze altresì dette "Poltrone relax".

Sul mercato se ne possono trovare di varie tipologie e modelli, sono altamente personalizzabili sia nei colori che nella forma, così da non farle nemmeno sembrare un dispositivo medicale, bensì delle vere e proprie sedute di lusso.

Poiché possano essere riconosciute come dispositivo medico, quindi permettere di ottenere una detrazione fiscale, devono avere determinate caratteristiche che andiamo adesso ad analizzare nel dettaglio.

Le poltrone relax sono dotate di uno o due motori e consentono due tipi di movimenti.

Il meccanismo alza-persona o lift permette di assumere la posizione eretta con facilità, regalandovi quel supporto di cui avevate bisogno, ed è fondamentale per tutte quelle persone che si trovano in difficoltà a rialzarsi dalla posizione seduta.

Diversamente la funzione relax permette di assumere la posizione per-

*Esiste un'enorme gamma
di prodotti studiati
apposta per le vostre
esigenze altresì dette
"Poltrone relax"*

fetta per il giusto riposo, riuscendo infatti a reclinarsi fino ad ottenere la quasi linearità grazie alla completa apertura dello schienale e del poggiatesta in modo da poter essere utilizzata per riposi prolungati.



La struttura di queste poltrone è inoltre studiata a posta per sostenere la schiena nella giusta maniera, offrendo un sistema di supporto lombare che offre un'ottima soluzione al diffusissimo problema del mal di schiena, ne previene l'insorgenza dovuta all'assunzione prolungata di una posizione non corretta ma non solo, alcune poltrone offrono anche una zona termica all'interno che permette un benefico effetto riscaldante della seduta proprio nella zona lombare.

Le migliori poltrone che rientrano nella gamma dispositivo medico sono inoltre composte di struttura antidecubito in Memory Foam.

La scelta di questo materiale è molto importante in quanto essendo costituito da una schiuma viscoelastica che si modifica in relazione al calore corporeo, così da rendere più comoda la seduta ed inoltre sostiene in modo naturale il corpo durante il riposo, distribuendo in maniera uniforme le pressioni esercitate, ritornando alla sua forma originale nel momento in cui tali pressioni vengono rimosse.

Il Memory ha infatti la capacità di ridurre i punti di pressione sul corpo e sulla colonna vertebrale, distribuendo efficacemente il peso corporeo e favorendo quindi la microcircolazione sanguigna. Indefornabile e inalterabile nel tempo, ritorna alla sua forma originaria ogniqualvolta viene sollecitato: la sua funzionalità è quindi pressoché eterna.

Infine, forse non tutti sanno che, grazie al riconoscimento della qualifica di Dispositivo Medico di Classe I, gli acquirenti che ne hanno diritto, possono portare la poltrona in detrazione come spesa medica ed avere il 19% di rimborso.

Insomma, adesso non avete più motivi per prendere alla leggera la salute del vostro relax, per cui scegliete di metterlo in primo piano grazie alla gamma di poltrone più giuste per voi.

Il Memory ha la capacità di ridurre i punti di pressione sul corpo e sulla colonna vertebrale, distribuendo efficacemente il peso corporeo e favorendo quindi la microcircolazione sanguigna





Dott.ssa Maria Antonietta
VITUCCI *

Come riconoscerli e quali precauzioni prendere

Cosa sono i Disturbi Specifici d'Apprendimento?

Cosa sono i Disturbi Specifici d'Apprendimento?

Col termine disturbi specifici dell'apprendimento (DSA) ci si riferisce ad un gruppo eterogeneo di disturbi consistenti in significative difficoltà nell'acquisizione e nell'uso di abilità di ascolto, espressione orale, lettura, ragionamento e matematica. I DSA interessano alcune specifiche caratteristiche dell'apprendimento in un contesto di funzionamento intellettivo adeguato all'età anagrafica.

Disturbo specifico di lettura (dislessia evolutiva)

Disturbo della Lettura significa che il livello di capacità di lettura raggiungibile dal soggetto si situa sostanzialmente al di sotto di quanto ci si aspetta nei bambini della stessa età. Il Disturbo della Lettura interferisce notevolmente con l'apprendimento scolastico o con le attività della vita quotidiana che richiedono capacità di leggere. Nei soggetti con Disturbo della Lettura (che viene anche definito dislessia), la lettura orale è caratterizzata da distorsioni, sostituzioni o omissioni; sia la lettura ad alta voce che



quella a mente sono caratterizzate da lentezza ed errori di comprensione (APA, 2000).

Disturbo specifico di scrittura (disortografia e disgrafia)

Disortografia

La disortografia consiste in una difficoltà nel realizzare il passaggio dalle parole verbali a quelle scritte. In altri termini, il bambino disortografico incontra difficoltà nel tradurre in forma scritta il linguaggio parlato commettendo un numero eccessivo di errori, specialmente sotto dettatura, rispetto ai compagni della propria età/classe.

Disgrafia

È un disturbo che compromette la parte grafica della scrittura: nello specifico, la qualità e la velocità di scrittura, risultano compromesse. In altri termini, la calligrafia dei bambini disgrafici risulta difficilmente comprensibile. Inoltre può emergere una significativa lentezza nello scrivere, riconducibile ad una scarsa coordinazione motoria.

Disturbi specifici del calcolo (discalculia)

La caratteristica principale del Disturbo del Calcolo è una capacità di calcolo che si situa sostanzialmente al di sotto di quanto previsto in base all'età cronologica del bambino. Il Disturbo del Calcolo interferisce in modo significativo con l'apprendimento scolastico o con le attività quotidiane che richiedono capacità di calcolo.

Ho il sospetto che mio figlio possa essere dislessico. Cosa posso fare?

Quando un genitore si accorge che il proprio bambino presenta difficoltà scolastiche, o è l'insegnante stessa che riscontra le difficoltà, è opportuno che prenda contatto con uno specialista, preferibilmente con qualifica di psicologo psicoterapeuta specialista in bambini ed adolescenti. Lo specialista sarà in grado di valutare lo stato degli apprendimenti del bambino e restituire alla famiglia una diagnosi con la valutazione funzionale dettagliata delle aree scolastiche e dei processi cognitivi da sostenere e potenziare tramite un eventuale percorso riabilitativo.

Quali interventi riabilitativi o trattamenti sono indicati?

Lo scopo di un trattamento rivolto ad un bambino con DSA include diversi aspetti quali:

- favorire la migliore evoluzione delle competenze in esame, nonostante la presenza di uno specifico deficit
- fornire strumenti e strategie per apprendere attraverso “strade alternative a quella deficitaria”
- “gestire” nel modo migliore la situazione di difficoltà evitare che si sviluppino altre forme di disagio.

In questo senso il trattamento non dovrebbe limitarsi a proporre tecniche specifiche che riducano il deficit, ma affiancare anche una serie di mi-

sure compensative per avanzare comunque nel percorso di apprendimento.

Che cos'è il Bisogno Educativo Speciale?

Non è una categoria diagnostica e di per sé non identifica un disturbo poiché qualunque studente può manifestare un bisogno educativo speciale nel corso del suo percorso di studi per diversi motivi fisici, biologici, fisiologici, psicologici e sociali, e possono essere problemi transitori o permanenti.

Ci riferiamo a una difficoltà che dà diritto a un intervento personalizzato, ma non si tratta di un concetto clinico, bensì pedagogico. Ma la cosa importante è che ognuno di questi bambini abbia diritto alla propria normalità, grazie a una didattica di inclusione: più sensibile, più attenta e metodologicamente più ricca.

Le scuole sono tenute ad adottare tutte le forme di flessibilità opportune per favorire percorsi personalizzati adatti alle capacità di ciascun alunno

Le scuole sono tenute ad adottare tutte le forme di flessibilità opportune per favorire percorsi personalizzati adatti alle capacità di ciascun alunno.

Per maggiore chiarezza definiamo il concetto di diagnosi e quello di certificazione:

- **DIAGNOSI:** si tratta di un giudizio clinico, attestante la presenza di una patologia o di un disturbo, che può essere rilasciato da un medico, da uno psicologo o comunque da uno specialista iscritto negli albi delle professioni sanitarie. A questo proposito si ricorda che in Italia solo gli psicologi (Legge 56/89) e i medici possono rilasciare diagnosi cliniche.

- **CERTIFICAZIONE:** si tratta di un documento con valore legale che attesta il diritto dell'interessato ad avvalersi delle misure previste da precise disposizioni di legge (L. 104/92 e L. 170/2010). La certificazione è rilasciata solo da strutture sanitarie pubbliche o da soggetti privati accreditati.

insjeme
per il tuo stare bene



Centro Acustico

Piazza Curtatone, 143 (LU) - 0583491939
audixlu@gmail.com



CASA DEL
MATERASSO

Via di Tiglio, 1361 - S. Filippo (LU) - 0583 471726
www.casadelmaterasso.com - casadelmaterassolu@hotmail.com



CENTROTTICA
LUCCA

Via di Tiglio, ang. Via Romana - Arancio (LU) - 0583 955451
www.centrotticalucca.com - info@centrotticalucca.com

eme
er il tuo stare bene



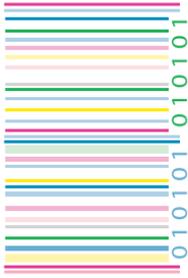
Viale Regina Margherita, 129 - LUCCA - Tel. 0583 954222
www.densanea.it - info@densanea.it



Via di Cavalletti, 115 - S. Anna (LU) - 0583 581491
www.lammlab.it - info@lammlab.it



Via Romana, 231 - Arancio (LU) - 0583 491406
www.martinicentromedico.it - info@martinicentromedico.it



GRAFEDIA.
Hearthinking

Studio dell'Identità Aziendale •

Loghi • Depliant, Cataloghi,

Locandine, Manifesti, Volantini •

eBooks • eMagazines • Siti Web

• Digital Signage • Fotografia •

Cartellonistica • Packaging •

Presentazioni Multimediali



*Vicino a Te
c'è una luce verde
sempre accesa*

La Tua Farmacia



FARMALUCCA

ASSOCIAZIONE PROPRIETARI
DI FARMACIA DI LUCCA