

La cistite ricorrente

Le età della donna: sintomi e prevenzione

Concludiamo il servizio sulla cistite ricorrente, pubblicando una scheda dei sintomi e delle precauzioni da adottare a seconda dell'età della donna.

La cistite nelle bambine

Le bambine possono presentare frequentemente episodi di cistite. La risalita dei batteri patogeni dall'uretra è facilitata a questa età soprattutto da un'errata igiene. È necessario insegnare loro sin da piccole a lavare i genitali in maniera corretta, dall'avanti all'indietro, e abituarle all'igiene personale ogni volta che si usa il bagno; sarebbe opportuno utilizzare un detergente lievemente acido e abituarle a svuotare la vescica in maniera regolare, cosa che frequentemente trascurano quando sono occupate nei giochi.

È opportuno che venga adottata una corretta alimentazione affinché sia mantenuto costante l'equilibrio della flora batterica intestinale, condizione necessaria per una sua regolare funzione.

La cistite nella giovane donna

La cistite non complicata si osserva con molta frequenza nelle adolescenti e nelle giovani donne. Essa è provocata nell'80% dei casi dall'Escherichia coli. I sintomi sono quelli precedentemente elencati.

Il fattore più importante è rappresentato dal rapporto sessua-

le (in genere l'intervallo di comparsa dei sintomi è di 24/48 ore). La risalita batterica dall'uretra alla vescica è facilitata dal rapporto sessuale in maniera meccanica. Inoltre l'uso di creme spermicide può facilitare l'infezione perché alterano l'ecosistema vaginale e permettono la colonizzazione dei patogeni. La cistite nella giovane donna può essere anche abatterica, legata al microtrauma prodotto sull'uretra da rapporto sessuale, specialmente quando coesiste scarsa lubrificazione. Le regole di igiene personale, un'alimentazione sana, regolari controlli ginecologici, qualche piccola precauzione, come urinare subito dopo il rapporto per allontanare i batteri eventualmente introdotti, possono ridurre in maniera significativa il verificarsi o il ripresentarsi di questo disturbo.

La cistite in gravidanza

Le modificazioni ormonali tipiche della gestazione sono responsabili della maggiore predisposizione alle infezioni urinarie in gravidanza. L'aumento del progesterone diminuisce il tono dell'uretere e dell'uretra alterandone la normale peristalsi. Si aggiunge a ciò la ricchezza nelle urine di substrati nutritivi per i germi. Una batteriuria asintomatica è presente nel 2-8% delle donne gravide; se non monitorata può complicarsi con una pielonefri-



Nicola Locorotondo

te acuta nel 15-45% dei casi. In gravidanza, le infezioni delle vie urinarie non trattate si associano a gravi complicanze materne e fetali: aborto, riduzione del peso del nascituro, rottura prematura delle membrane, parto pretermine.

La cistite in menopausa

La carenza di estrogeni altera l'ecosistema vaginale, aumentando localmente la capacità di colonizzare da parte di batteri. Le stesse variazioni ormonali determinano una riduzione della lubrificazione vaginale che, accompagnata da un'iniziale atrofia delle mucose, crea le condizioni che predispongono a vaginiti batteriche o irritative: la porta d'ingresso alle cistiti.

È possibile, inoltre, che a questa età siano presenti piccoli prolassi vescicali, responsabili di svuotamento incompleto delle urine. Il residuo post-minzionale che ne deriva diventa

responsabile di ripetuti episodi di cistite. In tali circostanze la terapia sostitutiva locale, con ovuli e creme a base di estrogeni, può favorire il trofismo delle mucose. Un programma riabilitativo perineale può, inoltre, migliorare lo svuotamento vescicale.

La cistite nella terza età

Le cistiti nella donna anziana sono legate all'Escherichia coli nel 75% dei casi ma anche a molte altre specie di batteri. Tra le cause la modifica dell'ambiente vaginale (atrofia delle mucose), l'aumento del rischio di contaminazione uretrale per aumento delle disfunzioni intestinali (stipsi), la diminuzione delle difese proprie vescicali, la diminuzione in generale delle difese immunitarie.

La maggior parte delle donne anziane presenta una batteriuria asintomatica (presenza di batteri nelle urine senza alcun sintomo) per cui è opportuno far precedere alla terapia antimicrobica un miglioramento delle condizioni che la determinano: la funzione intestinale (alimentazione corretta e attività fisica), il trofismo dei genitali esterni (terapie topiche), le difese immunitarie.

Per maggiori informazioni: www.gruppolocorotondo.it
e-mail: istituto@locorotondo.it
via Gaetano Daita 15, Palermo
Tel. 091 587861. (2 - fine)



settimanale di formazione e informazione medica per il paziente in sala d'attesa
Registrato presso il Tribunale di Palermo al n° 11 del 29 maggio 2006

Edizioni Associazione Nell'attesa - Palermo

Direttore responsabile
Francesca Patanè (direttore@nellattesa.it)
Direttore editoriale
Diego Fabra (diego@fabra.biz)
Vicedirettore
Maurizio Crispi (maurizio.crispi@nellattesa.it)
Comitato etico scientifico
Maurizio Crispi coordinatore
Silvio Buccellato servizi sanitari pubblici
Gaetano Cappellino diagnostica per immagini
Angelo Coco prodotti farmaceutici
Salvatore Crispi diverse abilità
Monica D'Addelfio pedagogica clinica
Diego Fabra medicina interna
Mariella Falzone area sociale
Sergio Fasullo cardiologia
Nicola Garofalo endocrinologia
Paola Geraci ginecologia
Aurelio Guarraci veterinaria
Rosanna Imburgia geriatria
Salvino Leone bioetica
Milena Lo Giudice pediatria
Vincenzo Sortino med. naturale e omeopatia
Silvia Tinaglia psicologia
Maria Rosaria Valerio oncologia
Redazione - progetti - impaginazione
Sergio Fabra (sergio@fabra.biz)
Rita Patti (rita.patti@nellattesa.it)
Segreteria
Elda Domina (redazione@nellattesa.it)

Collaboratori
Alessio Fabra (alessio@fabra.biz)
Amir Abbara (amir@nellattesa.it)
Vignettisti
Pienrico Di Trapani (picoditrapani@libero.it)
Responsabile commerciale
Marcello Barbaro (commerciale@nellattesa.it)
Pubbliche relazioni
Francesca Abbate (f.abbate@nellattesa.it)
Studi e ricerche
Roberto Gambino (robertogambino@nellattesa.it)
Distribuzione
Giusy Noto (redazione@nellattesa.it)
Francesco De Roberto (redazione@nellattesa.it)
Redazione, uffici: **Via Vaccarini 36 - Palermo**
Tel/Fax: **0916255846** web: **www.nellattesa.it**
e-mail redazione@nellattesa.it
Stampa
Publicisula s.r.l. Via Pietro Nenni 3 Palermo
(www.publicisulasrl.it)
Questo numero è stato stampato in 10.000 copie
Chiuso in tipografia il 6 maggio 2008
Pubblicità inferiore al 50%
Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.
È consentita la riproduzione citandone la fonte
"Baffino" è stato realizzato da **Letizia Romano**
(romano.letizia@libero.it)

Medeu.it

Il quotidiano on-line di informazione, documentazione e ricerca socio sanitaria

www.medeu.it

I.B.M.

SERVIZI IMMOBILIARI

Cellulare 338 1411643

AFFARE

VENDESI nuda proprietà appartamento 4 vani mq. 130 ottime finiture, zona Leonardo Da Vinci: salone, due ampie stanze d'abitazione, cucina abitabile, doppi servizi, tre armadi a muro, veranda, porta corazzata, posto auto, riscaldamento centralizzato. Trattativa riservata

AFFITTASI bivani arredato con gusto centro storico a referenziati. Trattativa riservata.

Conoscere la psicoterapia inbox

Nella cronaca quotidiana sono frequenti i delitti inspiegati, i crimini, gli infanticidi durante i quali si sente parlare di disturbi psichici, consulenze psicologiche e psicoterapia. Ci sono tante perplessità da parte dei non addetti ai lavori sulle diversità tra queste aree. I disturbi psichici sono alterazioni della normale esperienza soggettiva che comportano una variazione importante del modo di vivere e di gestire gli eventi quotidiani. La consulenza psicologica si compone di due elementi fondamentali: la valutazione del problema fonte di disagio (fase psicodiagnostica) e l'invio o presa in carico dell'utente. La psicodiagnosi prevede due o tre colloqui preliminari, con funzione conoscitiva e diagnostica. La raccolta dei dati anamnestici e la descrizione dei sintomi permettono al clinico di ricollocare il disturbo attuale all'interno della storia personale dell'individuo. Attraverso un processo di ricostruzione della vita del soggetto è possibile ripercorrere le tappe di sviluppo del disagio psichico cui viene attribuito un senso e un significato. Al termine dei colloqui e dei test, il clinico fornisce un inquadramento psicodiagnostico e valuta la necessità di una presa in carico o di un invio allo psicoterapeuta.

La psicoterapia è una forma di aiuto e di cura operata attraverso il rapporto interpersonale verbale, orientato alla comprensione dei disturbi psicologici. Questa pratica, seppur giovane (nasce con Freud), affonda le radici nel bisogno atavico di trovare soluzione alle proprie difficoltà e al bisogno profondo di essere compresi e di trovare una "cura" per l'anima. Oggi, la psicoterapia si basa su teorie e tecniche specifiche che corrispondono ad orientamenti ben precisi (cognitivo comportamentali, psicodinamiche, gestaltiche, transgenerazionali, ecc...).

Lo psicoterapeuta ha una cornice teorica di riferimento, che presuppone una spiegazione della personalità e delle sue alterazioni, alla quale segue un insieme di strumenti e tecniche per affrontare ogni specifico disturbo psicologico. Ma, quali sono i disturbi psicologici? Possono essere disturbi d'ansia (attacchi di panico, reazioni ansioso-depressive, fobie, tic, ecc...); disturbi dissociativi (amnesie dissociative, personalità multipla, DID, ecc...); disturbi sessuali e parafilie (maschili e femminili); disturbi dell'alimentazione (anoressia, bulimia); disturbi di personalità; disturbi dell'umore (depressione e depressione post partum) o le cosiddette nuove dipendenze (termine con cui si intendono le dipendenze da sostanze, ma anche da comportamento: shopping compulsivo, gioco d'azzardo patologico, dipendenza da Internet o videogiochi, dipendenze sessuali, ecc...). Le psicoterapie si distinguono sommariamente in tre grosse categorie: individuali, familiari e di gruppo. La psicoterapia familiare è una tecnica di trattamento psicologico dei disturbi e dei problemi della famiglia (il terapeuta incontra, infatti, tutti gli elementi della famiglia insieme): secondo questo approccio teorico e metodologico, infatti, non si possono studiare dati e persone senza considerare la dinamica interattiva e il contesto in cui hanno vita gli scambi relazionali. Una famiglia si compone di unità, che si relazionano all'intero "sistema famiglia", stimolandolo, ed essendone stimolati. Ogni unità, pur condividendo con i familiari una vita di relazione, conduce esperienze esterne alla famiglia (scuola, lavoro, tempo libero, ecc...), ma i comportamenti individuali sono comunque regolati dall'organizzazione-famiglia, che può essere più o meno aperta alle informazioni e alle influenze provenienti dal mondo esterno.

Nella psicoterapia di gruppo il terapeuta sceglie di mettere insieme pazienti con patologie simili allo scopo di osservare gli scambi relazionali tra i pazienti e con il terapeuta. Ci sono diversi approcci alla terapia di gruppo, alcuni osservano le dinamiche interpersonali e altri dinamiche personali iscritte all'interno del setting (cornice) di gruppo.

La psicoterapia individuale prevede che il terapeuta e il paziente si trovano a tu per tu. In questo tipo di terapia si valuta lo spirito con il quale il paziente vive la propria condizione esistenziale, il suo rapporto con il mondo esterno (l'ambiente e il sociale nel quale vive) e quello interiore (insieme delle esperienze ed affetti accumulati negli anni). Il terapeuta e il paziente si occupano insieme di comprendere il disturbo attuale attraverso i sintomi con i quali si manifesta, l'interpretazione dei sogni come possibilità della nostra

Concetta Mezzatesta
psicologo psicoterapeuta

segue a pagina 7

La plastica messa al bando in Canada

Proviene dal Canada quella che si preannuncia come una rivoluzione nel mondo della prima infanzia. Sono stati messi al bando i biberon e tutte le plastiche che contengono BPA, cioè il bisfenolo A, una sostanza di cui si diceva fosse un potenziale pericolo per la salute già da decenni. I primi a essere vietati saranno i biberon: seguiranno i contenitori alimentari e per l'acqua.

Primo trapianto di spalla al mondo

Siamo stati i primi al mondo ad effettuare un trapianto, da donatore deceduto, di spalla. Il fatto importantissimo è avvenuto a Bologna. E' stata l'équipe del prof. Gianninigli, presso il Rizzoli di Bologna, a sostituire per intero la spalla di un uomo, con quella di un donatore. Non si dovrà provvedere a sostituirla dopo 10-15 anni, come finora è avvenuto con le protesi meccaniche, perché durerà tutta la vita.

Occhio bionico di seconda generazione

E' avvenuto al Moorfields Eye Hospital di Londra. E' stato impiantato un occhio bionico di seconda generazione a due pazienti ciechi. La protesi "vede" per mezzo di ben 60 elettrodi fotosensibili, contro gli attuali 16 di quelli di prima generazione. Per mezzo di questo nuovo impianto i pazienti distingueranno ben più dei semplici contorni o delle ombre.

Anche la canna è una droga pesante?

Si chiama "skunk", ed è un derivato potenziato della cannabis. Dà effetti simili agli allucinogeni (Lsd e simili). Crea dipendenza, disturbi mentali e può avviare all'uso di altre sostanze. A causa di questi effetti dovuti all'aumento della quantità di tetraidrocannabinolo, in Inghilterra, in Italia e in altri Stati, si sta valutando l'ipotesi di spostare la cannabis nella categoria delle droghe pesanti.



otifon
PREVENZIONE SORBITA

prova senza impegno i benefici degli apparecchi acustici più all'avanguardia

Chiama e fissa subito il tuo appuntamento

OTIFON LA CERTEZZA DI SENTIRE

Convenzionato ASL
Rivenditore autorizzato oticon
Aperto dal lunedì al venerdì

PROVA GRATUITA

Palermo, via S. Lorenzo, 27/27a
e-mail: otifon.guercio@libero.it
ore 9.00/13.00 - 16.00/19.00

novità per l'udito

Rivoluzionaria soluzione praticamente invisibile
La soluzione pesa solo due grammi ed è praticamente invisibile da ogni angolo. L'adattamento è pressoché istantaneo

oticon
PEOPLE FIRST

Società Polisportiva Palermo Ass.

Presidio ambulatoriale di recupero e riabilitazione funzionale



L'UNICO CENTRO SPECIALIZZATO DELLA SICILIA CHE IMPIEGA L'INNOVATIVO REUMALASER PER LA CURA DELLE MALATTIE REUMATICHE

in convenzione:
Rieducazione ortopedica - neuromotoria - cardiologica - respiratoria
Prevenzione e cura dei paramorfismi e dismorfismi - terapie fisiche

non in convenzione:
Reumalaser - Laser Co2 - Esame posturale: Delos - Massoterapia
Densitometria ossea - Magnetoterapia - Nuoto terapeutico - Ecografie anche a domicilio

Via Belgio 2/b - Palermo - Tel. 091 6703078 - fax 091 517345
www.polisportivapalermo.it - polisportivapalermo@hotmail.com
aut. prot. 3364 del 19/12/2007

EPILOGO 3

Il commissario Agostino Celesti si chiese da quanto tempo fosse seduto in quel salotto, avvolto dal fumo della pipa di Calogero Niceta che la brezza della sera stentava a dissolvere. Il silenzio del professore durava da alcuni minuti. Per lui la fine della storia era quella appena narrata. Gli avvenimenti degli ultimi giorni avevano un'importanza relativa. Lentamente riprese il suo racconto.

"Ai primi di giugno dello scorso anno il dottore è venuto a trovarmi a casa. Devo parlarle, mi ha detto. Era diventato molto accorto, non avrebbe mai detto nulla di compromettente per telefono. L'ho fatto accomodare qui, proprio dove è seduto lei. Non attese neanche un minuto: *Ho bisogno di soldi*. L'ho guardato con meraviglia. La sua famiglia è più abbiente della mia ed egli stesso con i suoi affari, leciti ed illeciti, ha guadagnato bene. *Non posso prendere i soldi dal mio patrimonio. Mia moglie se ne accorgerebbe e questa volta ne farebbe uno scandalo*. Una donna a quasi ottant'anni... Ero sempre più perplesso. *Non mi guardi così, lei è un misogino, lo sanno tutti in paese, io continuo ad amare le belle donne*. Non vi fu bisogno che mi dicesse con che arma mi stava ricattando. Ebbi paura non tanto per me, quanto per Viola: non volevo che il suo nome fosse infangato, mischiato a quello di un mafioso. Acconsenti, mi diede le istruzio-

Il mistero di Calatubo

giallo a puntate di Patrizia Salatiello
 illustrazioni di Pierrico "Pico" Di Trapani



ni e iniziai a pagare. Dodici lunghi mesi. Come tutti i ricattati non pensavo che il ricatto non avrebbe avuto mai fine. Un giorno di fine maggio sono andato a

trovarlo, stava poco bene, mi guardò con sarcasmo: *Anche se muoio, Maria sa tutto*, mi ha detto. Il resto viene da sé". "E gli ha dato appuntamento pro-

prio al casolare". Il professore Calogero Niceta lo guardò un poco deluso. Non poteva credere che il commissario non capisse. Il casolare diroccato, come le rovine della sua anima, era l'unico luogo sacrificale possibile. "Devo arrestarla. Rischia una lunga condanna". La voce di Agostino era sommersa. "Non ha importanza". Il professore guardò la pipa, nuovamente spenta. Non si curò d'accenderla. Rimase in silenzio nella stanza ormai buia. "Verrò domani mattina". "Venga quando crede". "Vado, non mi accompagni, non v'è alcun bisogno". Agostino uscì nella notte piena di stelle nella Piazza Santissimi Apostoli. "Una settimana appena". Sussurrò. Alzò gli occhi verso il cielo, lo contemplò come fosse la prima volta. Tornò, pieno di mestizia, a casa. Salì lentamente le scale su fino al terrazzo. Si versò un bicchiere di vino dal fiasco che lo aspettava sul tavolo. Bevve lentamente. I suoi pensieri vagavano, frammenti di frasi, commenti spezzati gli tornavano in mente senza nessun ordine. Si alzò, scopri il telescopio. L'accese e lo puntò verso il cielo. Seduto sull'alto sgabello osservava le stelle che tanto amava, quasi il loro splendore potesse ripulirlo dai tragici accadimenti. (24 - fine)

LA RECENSIONE

Nuove letture facoltative

Wisława Szymborska - Libri Scheiwiller - pag.102 - euro 12

Vincitrice del premio Nobel per la letteratura nel 1996, Wisława Szymborska si rende nota in Italia con "La fiera dei miracoli". Nata a Kornik nel 1923, dal 1953 al 1966 cura in qualità di redattrice il settimanale Zickie Licterackie. Dal 1993 pubblica le sue recensioni sul quotidiano Gazeta Wyborcza. E' da questa rivista che sono tratti i suoi scritti che vanno dal 1997 al 2002, raccolti nelle "Nuove letture facoltative", che vi proponiamo questa settimana.

Moderna opera di narrativa, le "letture" sono una raccolta di riflessioni su aneddoti singolari, libri storici, opere di divulgazione scientifica e non.

La Szymborska si serve di insoliti eventi per sottolineare i paradossi dei comportamenti umani e dei risvolti, spesso inaspettati, di quella che chiamiamo storia, i quali vanno aldilà di ogni nostra previsione o tentativo di schematizzazione. Ella evita accuratamente ogni definizione o facile giudizio, e si arma invece di ironia e leggerezza per esporre temi controversi, spesso affrontati con eccessiva serietà. La Szymborska non adotta neppure una prospettiva di cinismo e relativismo, ma sceglie di misurarsi con la realtà in modo critico, senza far venir meno la sua fiducia nell'uomo.

Le "Nuove letture facoltative" sintetizzano efficacemente il pensiero della scrittrice. Perciò ne consigliamo la lettura sia a chi ha già conosciuto la Szymborska come poetessa, sia a chi si accosta a lei per la prima volta.

Giuliana Amato

I proverbi di nonna Cicia

Vesti 'n zuccuni ca pari 'n baruni e vesti 'na culonna ca pari 'na bella donna

Vesti un tronco, sembrerà un barone; vesti una colonna sembrerà una bella donna

Fatti 'a fama e curcati

Fatti la fama e dormici sopra (perchè ti sei già affermato)

Taliati di cu talia sempre 'n terra

Diffida di chi non ti guarda mai negli occhi

La cuscenza ci l'havi u lupu

La coscenza c'è l'ha il lupo (non l'uomo)

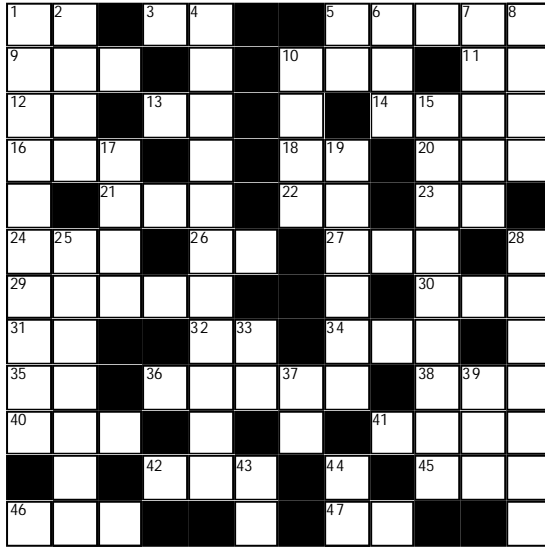
sala d'attesa

di Mariella Falzone e Pierrico Di Trapani

Dottore, me ne sono uscito da solo dalla tossicodipendenza. Non ho niente da fare da due giorni



a cura di Rita Patti



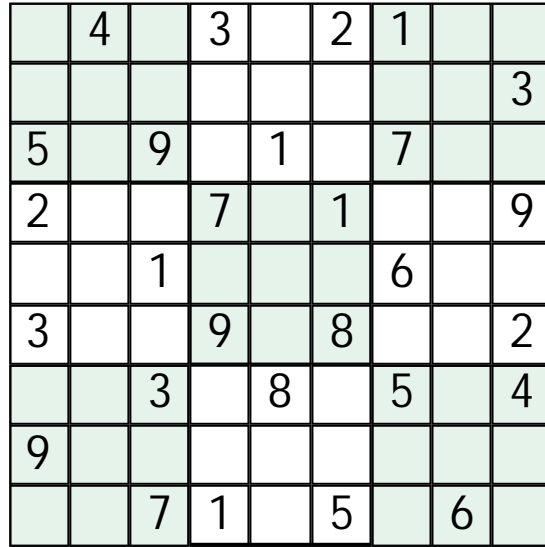
ORIZZONTALI

1 Iniziali di Bocelli
 3 Bari 5 Cattivo o esagerato uso di qualcosa 9 Si grida ai meritevoli 10 L'acido desossiribonucleico 11 Ultimo Scorso 12 Sigla di Belluno 13 Catania 14 Si attacca all'amo 16 Una parte del castello 18 Preposizione semplice 20 Lo dice il grillo 21 Il... Sismi americano 22 Ordine Aggiuntivo 23 Vocali di Bosè 24 Titolo inglese 26 Pronome 27 Fratello di

Sem 29 Fu ucciso da Caino 30 Partito Socialista Italiano 31 Segue il do 32 Lo dicono gli sposi all'altare 34 Nome di dodici papi 35 Siracusa sulle targhe 36 Lo si dà a bisognosi 38 Stufa senza vocali 40 L'ultimo Napoleone 41 Senza religione 42 Segnale galleggiante 45 La banca vaticana 46 Cavalli dal mantello rosso-bruno 47 Casa senza consonanti

VERTICALI:

1 Chinarsi 2 Bolletta in inglese 4 Nato in Alto Adige 5 Nella mano 6 Brave senza pari 7 Zucchero a Bordeaux 8 Provai un'impresa temeraria 10 Sta insieme al bullone 15 Disordinati, sciatti 17 Sapore pungente 19 Nome comune nel medioevo 25 penisola europea 28 Sciogliere, annientare 33 Giu' senza testa 37 Particella pronominale 39 Il nome di Mammuccari 43 Nel sale 44 Palermo



Il gioco non è solo un passatempo, ma un utile esercizio delle facoltà intellettive.

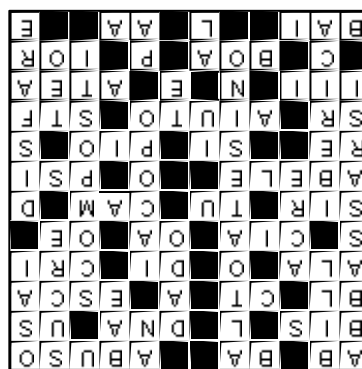
E' un'azione solo in apparenza banale: o semplice. In realtà si tratta di una palestra che stimola le cellule mentali e permette di mantenere un ottimo stato di forma, a venti come a novant'anni...e oltre.

COME GIOCARE A SUDOKU

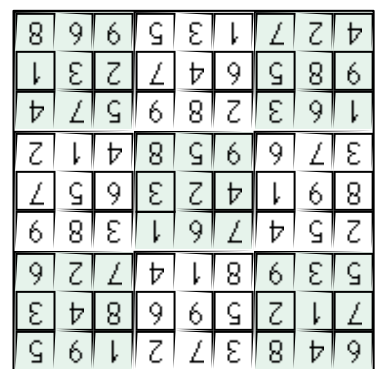
Si devono disporre le cifre da 1 a 9 in una griglia quadrata di nove caselle per lato suddivisa in altrettanti riquadri, in maniera che in ciascuna riga, colonna e sezione ogni cifra compaia una sola volta. Per dare al solutore un punto di partenza, alcune caselle sono già riempite: la loro quantità determina il grado di difficoltà dello schema. Si procede ragionando per esclusione e scrivendo un numero soltanto quando si è sicuri, senza tirare o indovinare.

SOLUZIONI DEI GIOCHI

CRUCIVERBA



SUDOKU



Il quesito scacchistico

In questa posizione apparentemente confusa il Nero ha scoperto una mossa decisiva. Quale?

a cura del Centro Scacchi - Scuola giovanile CONI

La soluzione accanto

QUESITO SCACCHISTICO

...Tg8+ ha condotto a un abbandono immediato, perché c'è il matto alla prossima con Axg8 - Rg7#, l'apertura della linea d7 - g7 si è rivelata fatale per il Bianco.

Studio Nutrizione e Dietetica

perché il tuo corpo non sia solo un peso
 per appuntamento telefonare al numero 091 6269711

KINESIO TAPING® Italia

www.kinesioitalia.it
 www.kinesiotapingitalia.it

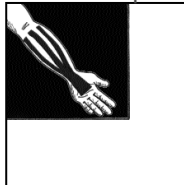
Non un bendaggio funzionale è un **bendaggio adesivo elastico con effetto terapeutico biomeccanico**

- previene la fatica muscolare ■ allevia il dolore ■ riduce l'infiammazione
- riduce l'edema ■ aumenta il ROM ■ previene i crampi ■ educa il muscolo debole ■ evita l'estensione eccessiva o contrazione

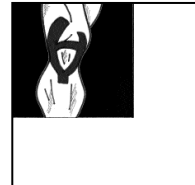
senza farmaco

- colpo di frusta ■ menisco
- edema ■ epicondilite ■ tendinosi
- sublussazione della spalla
- osteoartrite del ginocchio ...

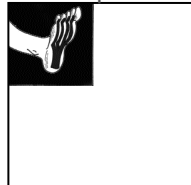
tunnel carpale



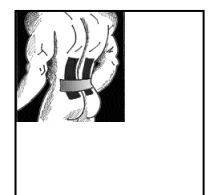
tendinite rotulea



fascite plantare



rizoartrosi



Toni Graziano:
 cell. 392 1341362
 cell. 329 0250873
 a.graziano3@tin.it

■ L'ANGOLO DELLA PREVIDENZA

Indennità di accompagnamento e chemioterapia

Le persone affette da patologie oncologiche e debilitate dalla chemioterapia possono ottenere l'indennità di accompagnamento, un beneficio che può essere riconosciuto anche a fronte di brevi periodi di inabilità (inferiori ad un mese).

Lo ha affermato la Cassazione con la sentenza n. 10212/2004. "Nessuna norma, sottolinea la Corte, vieta il riconoscimento del diritto di accompagnamento, anche per periodi molto brevi." L'indennità di accompagnamento, infatti, è una provvidenza economica riconosciuta a quei soggetti nei cui confronti le apposite commissioni sanitarie abbiano accertato che si trovano nell'impossibilità di deambulare senza l'aiuto permanente di un accompagnatore o, non essendo in grado di compiere gli atti quotidiani, abbisognano di un'assistenza continua.

Per "atti quotidiani della vita" sono da intendersi quelle azioni elementari, non legate a funzioni lavorative, che espleta quotidianamente un soggetto normale di corrispondente età (vestizione, nutrizione, igiene personale, acquisti, spostamento nell'ambiente domestico, conoscenza del valore del denaro...).

L'erogazione della prestazione è subordinata all'accertamento dei requisiti previsti dalla legge, quali:

- la totale e completa inabilità (da intendersi come impossibilità di svolgere una qualsiasi attività lavorativa),
- l'impossibilità di deambulare senza l'aiuto permanente di un accompagnatore e l'impossibilità di compiere autonomamente gli atti quotidiani della vita.

Relativamente all'interpretazione da dare alla prima condizione sono sorte numerose polemiche.

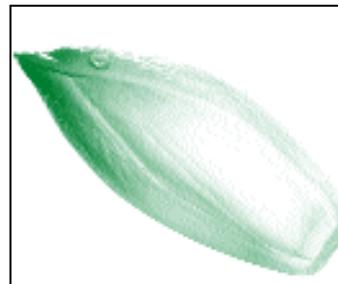
Eugenio Scotto Di Tella
avvocato

segue a pagina 7

■ MANGIARBENE

Indivia belga

Lindivia belga è un prodotto della botanica moderna e può essere chiamata anche cicoria di Bruxelles. E' comparsa per la prima volta nei mercati parigini nel 1879. E' comunemente considerata un'insalata del periodo invernale, a causa dell'aspetto delle foglie, bianche e compatte. La pulitura è molto facile: la linearità delle sue foglie, infatti, consente l'eliminazione di quelle più esterne ed avvizzite e di lavarla sotto l'acqua corrente. Le foglie ricevono poco sole: l'indivia, dunque, è meno ricca di vitamine rispetto ad altri ortaggi. L'aroma particolare permette di gustarla cotta o cruda in innumerevoli preparazioni, con formaggi, tonno o acciughe salate. I suoi valori nutrizionali ne consentono l'uso in tutte le diete, dimagranti e non.



a cura dello **Studio "Nutrizione e Dietetica"**

SALMONE CON VERDURE E INSALATA BELGA

Ingredienti: Per questa semplice ricetta servono circa 100 gr di salmone (al naturale) e 20 g di olio di semi (di arachidi) o di oliva, a crudo.

Preparazione: Saltate le verdure tagliate sottili (peperone, carota, cipolla e sedano) in una padella con metà dell'olio. Salate leggermente, e accompagnate le verdure al salmone. Tagliate poi la lattuga belga, aggiungete dei pomodorini e conditela con il resto dell'olio.

Desiderata Salute

30' minuti
di **Informazione su Salute & Sanità**
dalla parte del **Cittadino...**
con **Emilio Galbo**
Ogni Sabato alle 13,45
e replica la **Domenica alle 13,25**

in onda anche su 830 Sky sabato alle 13,20 e 842 Sky giovedì alle 18,00



Canale UHF 41

A.S.D.C. Dharma



Yoga
Power Stretching
Ginnastica dolce
Tai-chi
Ginnastica per la terza età

Via Sampolo, 258/260 Tel 3341883011

Carta Club

nell'attesa...

consulenti
STUDIO VELLA
studio tecnico legale,
Consulenza infortunistica
stradale e del lavoro
Assistenza medico-legale
Perizie tecniche giurate.
Via G. Ugdulena 21
Tel. 091 348912
Riceve lunedì, mercoledì,
venerdì: 16 - 18,30
consulenze gratuite

medicina funzionale
Dott. Gaspare Sanfilippo
Osteopata D.O. Osteopatia
posturologica, pediatria,
post traumatica, viscerale-organica, algie
muscolo-tensive, cefalee.
via G. Galilei, 161 d - Tel.
091 6850146
Consulenze gratuite

radiologi
OSTEO & IMAGING
Via Roma, 386 - Tel. 091
329283. Per appuntamento dal lunedì al venerdì ore 9 - 13; 15,30-18
sconto: 10%

studi medici
Dott. DOMENICO CARELLA
Medico chirurgo - Specialista in Dermatologia e Venereologia - Videodermoscopia in Epiluminiscenza, Crioterapia, Fillers, Botulino.
Via Catania 14 - Palermo - Tel/Fax: 091 300162
Cellulare: 339 7838083
sconto: 10%

farmacie
FARMACIA MENNI
Via Archimede, 182
Tel. 091 320461
Farmaci, parafarmaci, prodotti omeopatici e integratori per lo sport
sconto: dal 10 al 30%

igiene orale
DENTAL CENTER
di Gennaro Marco
Via Maggiore Toselli 227
Tel. 091 2510502
Prodotti per l'igiene orale all'ingrosso e al dettaglio
sconto: 10%

STUDIO NUTRIZIONE E DIETETICA
Cura alimentare dell'obesità e dei dismetabolismi, Dieta Zona. Impedenzometria, Plicometria, tabelle personalizzate. 091 6269711 - 334 9479347
Via Maggiore Toselli 85
sconto: 10%

vacanze
KINOS VIAGGI
Agenzia di viaggi. Via Sampolo, 73 - Tel. 091 307036, Fax 091 309624, e-mail: kinosviaggi@tiscali.it
www.kinosviaggi.com
sconto: 10% sui pacchetti di viaggio

SICILIA BELLA s.r.l.
Agenzia di viaggi. Via Petrarca 20 - Tel. 091 6254086
sconto: abbuono tassa d'iscrizione pacchetti turistici



PER ASSOCIARSI A CARTA CLUB
Per informazioni visitate il sito www.nellattesa.it/cartaclub, o telefonate al n° 091 6255846.
Potete anche scriverci, inviando una e-mail a cartaclub@nellattesa.it

ALLERGOLOGIA

DOTT. CLAUDIO RAGNO
riceve presso il Centro Allergologico "Ragno", Via XII Gennaio 16 - Tel. 091327040 - Call center prenotazioni 091584114. Si eseguono: prove allergiche per asma e rinite, alimenti, anestetici, farmaci, veleno, imenotteri, dermatiti da contatto e da cosmetici.
Scheda da pubblicare

**ANALISI CLINICHE
ANALISI CLINICHE E CHIMICHE
DOTT.SSA SCIUTO ROSA**

Dosaggi ormonali - Test tiroidei - Markers epatite e tumorali - Celiachia - Test allergici. Prelievi a domicilio gratuiti. Via A. Cirrincione, 10 - Tel. 091 362166
Scheda pubblicata nel n. 13 a pag. 6

**ANDROLOGIA
PROCREAZIONE ASSISTITA DEMETRA
Dir. san. Dott. C. Cimino**

Terapia dell'impotenza maschile - Sterilità maschile - Esame seminale - Ecografia testicolare - Varicocele maschile - Flussimetria Doppler scrotale. Via A. Pacinotti 34 - Palermo - Tel. 091 6810876/6820044 - www.centrodemetra.it
Scheda pubblicata nel n° 15 a pag. 7

**ASSISTENZA
IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA
ASSISTENZA DOMICILIARE**

Assistenza anziani, malati, disabili - Servizio teleassistenza: farmaci a domicilio, consegna della spesa, rioridino e piccole pulizie della casa. Via G. Pitre 164/A - Palermo - Tel. 091 7026528 - cell. 329 9504144 - www.paginegialle.it/irispa - e-mail: iriscooperativa@libero.it
Scheda pubblicata nel n. 12 a pag.

CONSIGLIATI

Avete bisogno di uno specialista, di un laboratorio di analisi, di un centro di assistenza? La rubrica per ogni necessità propone un nome, accuratamente selezionato, al quale rivolgersi con fiducia. Per conoscere meglio gli specialisti contenuti nella rubrica consultate le schede di presentazione che pubblichiamo una per numero. Sotto ogni annuncio troverete il numero e la pagina del giornale che ha ospitato la presentazione. Le schede sono reperibili sul nostro sito www.nellattesa.it.

**CHIRURGIA PLASTICA
DOTT. FABRIZIO CASTAGNETTA**
Chirurgia estetica, medicina estetica, laserterapia, dermatologia e vascolare, ringiovanimento cutaneo con fraxel laser. Via Libertà 195 - Palermo - Tel. 091 6251319 - cell. 347 06 90 768 - Via Di Santa Costanza - 21 - Roma - Tel. 06 86580024
Scheda da pubblicare

**FISIOTERAPIA
GIUSEPPE PIRROTTA
Fisioterapista**
Terapie domiciliari. Effettua kinesioterapia e terapie strumentali. Per appuntamento telefonare al n. di cell. 338-8158379
Scheda pubblicata nel n. 11 a pag. 7

**GASTROENTEROLOGIA
DOTT. SERGIO PERALTA**
Dirigente Medico U.O. di Gastroenterologia ed Epatologia - Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle Cliniche 2, 091 6552186 - Studio, Istituto Medico, Via Notabartolo 35, 091 345029, Palermo
Scheda da pubblicare

**GINECOLOGIA
PROCREAZIONE ASSISTITA DEMETRA
Dir. san. Dott. C. Cimino**
Terapia della sterilità - Fecondazioni

assistite - Ecografie ostetriche, ginecologiche e al seno - Colposcopia - Isteroscopia - Menopausa - Densimetria ossea. Via A. Pacinotti 34 - Palermo - Tel. 091 6810876/6820044 - www.centrodemetra.it
Scheda pubblicata nel n° 15 a pag. 7

**MALATTIE INFETTIVE
DOTT. RAIMONDO GRACEFFA**
Specialista malattie infettive del fegato già direttore malattie infettive Policlinico universitario di Palermo Via A. Cirrincione, 10 - Tel. 091542759 - cell. 337515050
Scheda pubblicata accanto

**MEDICINA INTEGRATA
STUDIO PROGETTO MED.I.CO.
Medicina Integrata Complementare
Dott. Palmeri**
Flebologia, estetica, nutrizionistica, omeopatia, ecodoppler, meso-pessoterapia. Via Terrasanta, 39-091 7302828 www.studioprogettomedico.it
Scheda pubblicata nel n° 14 a pag. 7

**NEFROLOGIA
DOTT. RAFFAELE ANNALORO**
Specialista in Nefrologia medica. Riceve per appuntamento in piazza Europa 19/C - Palermo - Tel. 091 522991.

Scheda da pubblicare

**OCULISTICA
CENTRO DIAGNOSTICO OCULISTICO
SAS DOTT.SSA M. ROSSELLA
MACEDONIO**
Accreditato con il S.S.N. Via Villa Sperlinga 3 - Palermo - Tel. 091 346739 e-mail: centromacedonio@libero.it
Si riceve per appuntamento
Scheda pubbl. nel n.10/2008 a pag. 7

**ODONTOIATRIA
DOTT. GIUSEPPE NOCERA**
Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia Via Massimo D'Azeglio, 9/B Tel. 091 343308
Scheda da pubblicare



Centro di prevenzione, diagnosi e interventi d'aiuto alla persona di ogni età. Via M.se Ugo n.56 Palermo. Per appuntamento 339 4249483. www.pedagogiaclinica.com
Scheda pubbl. nel n. 17/08 a pag. 7

**PSICOLOGIA
DOTT.SSA CONCETTA MEZZATESTA**
Specialista Psicoterapia - tecnica E.M.D.R. Consultazioni individuali e di coppia. Psi-codiagnosi e perizie psicologiche. Trattamento di depressioni, ansia e traumi psicologici. Via Principe di Villafranca, 54. Tel. 091 7302923 - cell. 3470195627
Scheda da pubblicare

segue da pagina 1

**Un problema emergente:
cocaina e rischio di infarto**

Stabilire che l'ischemia o l'infarto sono stati indotti dall'uso di cocaina è essenziale per la corretta gestione del paziente, poiché esistono controindicazioni ad alcuni farmaci e alla trombolisi. L'intervento coronarico percutaneo potrebbe rappresentare l'approccio più sicuro in caso d'infarto. Pazienti con angina senza infarto possono essere trattati con nitroglicerina, ossigeno, aspirina, benzodiazepine o calcioantagonisti.

Il vasospasmo arterio-coronarico risponde a nitrati e alfa-bloccanti, mentre i beta-bloccanti dovrebbero essere somministrati con cautela. Ogni consumatore è a rischio, anche se il tipico paziente è un uomo trentenne fumatore. Fumare tabacco mentre si consuma cocaina aumenta le probabilità di sviluppare un infarto del miocardio. Anche bere aumenta la tossicità cardiovascolare della cocaina.

Il consumatore, anche casuale, di cocaina che giunge con dolore toracico al PS potrebbe aiutare il medico nelle scelte terapeutiche ammettendo il consumo della sostanza, anche in considerazione delle controindicazioni di alcuni farmaci. (s. f.)

segue da pagina 1

Conoscere la psicoanalisi

mente di parlare di angosce, paure, solitudini e ricordi e di scoprirne l'origine.

Le domande più frequenti da parte degli utenti sono: qual è il momento per andare in terapia? I miei problemi da chi possono essere risolti? Quali disturbi sono di competenza psicologica e quali medica? Qual è la terapia più adatta a me? Come posso aiutare un mio parente/amico/alunno ad andare in terapia? Quando si può parlare di un vero e proprio disturbo?

Anche se le risposte sono articolate, risponderemo brevemente. Intanto occorre che la richiesta di aiuto provenga dal soggetto portatore del malessere o dai genitori se il ragazzo è minorenni, si possono sensibilizzare le persone più vicine al soggetto per far

comprendere le difficoltà ed aiutarli a rivolgersi allo specialista. Inoltre è lo psicologo prima e lo psicoterapeuta poi (spesso le due figure convergono in un unico professionista) che può comprendere se ed in che modo il disagio psicologico può essere considerato un disturbo di propria pertinenza e proseguire con le dovute cure.

Sebbene esista ancora un "etichettamento" del soggetto che ricorre alla psicoterapia, essa resta uno dei pochi metodi di cura che possa risolvere alcune delle problematiche psicologiche (oggi superabili) che - se trascurate - portano a complicazioni tali da rendere "difficile" la vita affettiva e sociale di chi ne è portatore. (c. m.)

segue da pagina 6

Indennità di accompagnamento e chemioterapia

Un'interpretazione restrittiva non concede spazio ad eventuali possibilità del lavoratore di impiegare una capacità lavorativa residua in ulteriori occupazioni.

Un'interpretazione più estensiva e, forse, più consona allo spirito della legge, inquadra, invece, il beneficio in un'ottica di tutela dei cittadini più sfortunati.

Pertanto è vero che vi sono soggetti collocati al lavoro i quali, pur avendo il 100% di invalidità percepiscono l'indennità di accompagnamento, ma è altrettanto vero che, per espletare l'attività lavorativa incontrano notevoli difficoltà.

Anche la giurisprudenza si è espressa favorevolmente riconoscendo il diritto all'indennità di accompagnamento ad un invalido civile anche se svolge attività lavorativa (Cass. Civ. Sez. Lav. 24 aprile 1992 n. 4498; Cass. Civ. Sez. Lav. 27 aprile 1992 n. 5003) in quanto hanno rilevanza solo i previsti requisiti sanitari.

L'indennità di accompagnamento non è reversibile agli eredi; è concessa al solo titolo della minorazione ed è a totale carico dello Stato. Pertanto, non ne possono beneficiare coloro che risultano ricoverati gratuitamente presso strutture sanitarie.

L'indennità è prevista per 12 mensilità: nel caso di soggetto sottoposto a chemioterapia l'indennità sarà dovuta solamente per i periodi di trattamento. (s. d. t.)

■ A PALERMO

Dal 10 al 17 maggio

Alioto S. via Tindari 48 (Borgo Nuovo) - tf. 091 311625

Ausonia via Ausonia 101 (ang. Briuccia) - tf. 091 527858

Cacace P. via G. B. Guccia 13 - tf. 091 587361

Chiavetta G. c.so C. F. Aprile 133 - tf. 091 588939

Friscia I. c.so dei Mille 528/a - tf. 091 6216115

Guccione M. via Palmerino 18/h - tf. 091 488006

Lo Cascio Mendola via Roma 1 (Stazione) - tf. 091 6162117

Micale M. via Montepellegrino 63 - tf. 091 361128

Nuova p.zza Tosti 23 - tf. 091 6828986

Ponte Oreto via Oreto 322/a - tf. 091 444537

Rizzo M. C. p.zza Mondello 53 - tf. 091 454145

FARMACIE NOTTURNE

Antica Farmacia Giusti

via Giusti 8 - tf. 091309076

Bonsignore v.le Regione Siciliana 2322 - tf. 091400219

Cali D. via M.se Roccaforte 108 (ang. Cordova) - tf. 091361887

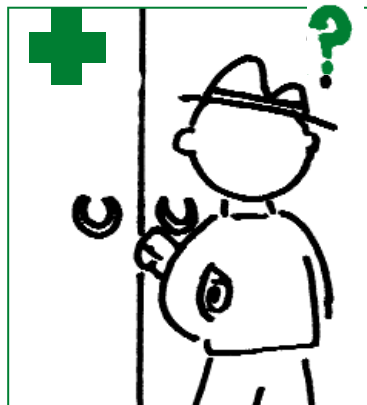
De Gasperi p.zza De Gasperi 32 - tf. 09152140

Di Mino S. p.zza Ottavio Ziino 31 - tf. 0916814016

Fatta C. via S. Maria di Gesù 3 (Guadagna) - tf. 091447268

Inglese via M. Stabile 177 - tf. 091334482

Cerchi una farmacia?



Rivolgiti con fiducia al tuo farmacista territoriale. Troverai competenza, professionalità, gentilezza. Per informazioni collegati al sito della Federfarma: www.federfarma.it

Lemarfarma s.p.a.
distribuzione farmaci
ricezione ordini 091 6517544 pbx 6 linee
AL SERVIZIO DEL FARMACISTA

Lo Cascio Mendola via Roma 1

(Stazione) - tf. 0916162117

Menni G. via Archimede 182

tf. 091 320461

Orlando F. via N. Garzilli 56

tf. 0916251593

Ponte Oreto via Oreto 322/a

tf. 091444537

Sacro Cuore p.zza P.pe Campo-

reale (Agip) - tf. 091214137

Sferlazzo M. p.zza Porta

Montalto 6 - tf. 0916511868

Strasburgo v.le Strasburgo 202

tf. 091527986

Tulone via Aspromonte 97

tf. 091206017

Verga E. c.so Calatafimi 468

tf. 091423785

Zuffi M. via I. Rabin (ang.

via Rizzo) - tf. 091544894

■ IN PROVINCIA

Dall'11 al 17 maggio

■ A BAGHERIA

Timoneri G. C.so Butera, 603

tf. 091/964943

■ A PARTINICO

Minore F. c.so dei Mille 196

tf. 091 8781062

Dal 5 all'11 maggio

■ A CARINI

Guzzetta M. p.zza Duomo 19

tf. 091 8661161

■ A CEFALU'

Battaglia via Roma 13

tf. 0921 421989

■ A CORLEONE

Binenti R. via Roma 1

tf. 0918461341

■ A MARINEO

Martorana M. F. via Falcone e

Borsellino 82 - tf. 0918725178

■ A MONREALE

Pedone G. via P. Novelli 71

091 6404417

■ A TERMINI IMERESE

Morreale P. via V. Emanuele 54

tf. 091 8141495



Usteo & Imaging s.a.s.

Studio medico

dei D.ri L. Calderone e G. Cappellino & C.

Via Roma, 386 (Palermo) Tel. 091.329283

Ortopedia - Traumatologia - Fisiokinesiterapia
Radiologia digitale - RX a domicilio - Ortopantomografia
Telecranio per ortodonzia - Mammografia H.F. digitale Stereotassi
- T.C. Spirale - Ecotomografia 3D live
(internistica, senologica, ginecologica, ostetrica 3D, pediatrica,
muscolo-tendinea ed osteo-articolare)
Eco-Color-Doppler e PWR-Doppler (vascolare, oncologico, fetale)
Morfometria vertebrale digitale Mineralometria ossea computeriz-
zata (M.O.C. - D.E.X.A. - Dual Energy X-ray Absorption) - Laserterapia -
Magnetoterapia - Crioterapia

Si riceve per appuntamento tutti i giorni escluso il sabato
dalle ore 9,00 alle 13,00 e dalle 15,30 alle 18,00



POLIZZA INFORTUNI "PREVENZIONE PERSONA"

E' una copertura assicurativa che offre un ventaglio di garanzie nell'ambito di ogni specifica esigenza:

- durante lo svolgimento delle proprie attività lavorative (rischi solo professionali)
- durante il tempo libero (rischi extra-professionali)
- durante l'intero arco delle nostre giornate (rischio 24 ore su 24)

Le principali garanzie riguardano i casi di: evento letale causato da infortunio, invalidità permanente, inabilità temporanea, rimborso delle spese ospedaliere per interventi chirurgici e prestazioni specialistiche conseguenti a infortunio e/o malattia, indennità giornaliera da ricovero ospedaliero per infortunio e/o malattia, rimborso delle spese conseguenti a eventuale decesso, indennità giornaliera per ingessature e/o sutura.

La particolare estensione di alcune garanzie anche agli eventi legati alla malattia rende questa copertura assicurativa veramente completa e competitiva.

POLIZZA "SANITARIA"

E' una copertura assicurativa totale che garantisce il rimborso di tutte le spese relative a: interventi chirurgici, anche ambulatoriali; onorari dei medici (chirurgo, aiuto, assistente, anestesista, ecc.); esami diagnostici; rette di degenza; assistenza medica, infermieristica e fisioterapica; trasporto in ambulanza; convalescenza successiva a ricovero anche presso il proprio domicilio; parto cesareo e parto naturale; diaria giornaliera; visite mediche domiciliari.

La polizza sanitaria della Progress Assicurazioni S.p.A. offre la possibilità di estendere le coperture assicurative anche all'intero nucleo familiare.

**L'UNICA SOCIETA' DI ASSICURAZIONI DEL SUD
CON SEDE A PALERMO**

Sede legale e direzione generale: p.zza Alberigo Gentili 3 - Palermo
Telefono 091 286111 pbx - Fax 091 6258131



publiscicula
LIBRI
GIORNALI
RIVISTE
DEPLIANTS
EDIZIONI DI LUSO
POSTER
MANIFESTI

Arti Grafiche & Stampa
SICILIATEMPO

Via Pietro Nenni, 3 • 90148 Palermo
Tel. 091.6883828 PBX • 091.6883791
Fax 091.6883829
publiscicula@libero.it
publiscicula@publiscicula.it
www.publiscicula.it