



# farmaDAY



**FOFI** 100 ANNI 1912-2012

Il notiziario in tempo reale per il farmacista a cura del Prof. Vincenzo Santagada

Anno VIII – Numero 1506

Giovedì 24 Gennaio 2019 – S. Francesco di Sales

## AVVISO

### Ordine

1. Eventi mese di Gennaio
2. Master in Sviluppo preclinico e clinico del Farmaco e Monitoraggio Post-Marketing

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

3. Enterite
4. AFTE: Cause, Sintomi e Rimedi delle Dolorose Ulcere che colpiscono la BOCCA.



#### Prevenzione e Salute

5. Qual è la causa dell'herpes sulle labbra?
6. ecco le 10 cattive abitudini sotto la doccia

**ZENTIVA**  
UNA RISPOSTA A DIVERSI BISOGNI.

La linea di prodotti di automedicazione pratici e convenienti.

Chiedi al tuo farmacista

**ZENTIVA**

www.zentiva.it

Proverbio di oggi.....  
**'A carna e' tosta e 'o curtiello nun taglia**

## ENTERITE

**DESCRIZIONE E SINTOMI:** L'enterite è un **processo infiammatorio** che colpisce la mucosa dell'intestino tenue.

E' provocata da svariate cause:  
*intossicazioni alimentari, allergie alimentari, ingestione di cibi o bevande molto fredde, infezioni.*

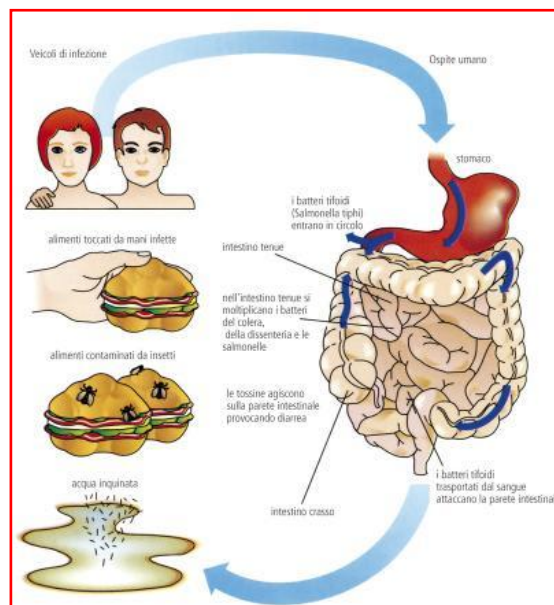
I **sintomi** principali sono costituiti da:

- ❖ *diarrea* (con feci liquide, maleodoranti e ricche di alimenti non digeriti con residui chiaramente riconoscibili),
- ❖ *dolori e crampi alla parte centro-inferiore dell'addome,*
- ❖ *febbre, disidratazione,*
- ❖ *debolezza e senso di stanchezza generale, inoltre può essere presente anche inappetenza.*

L' enterite spesso si associa a processi infiammatori a carico dello stomaco (**gastro-enterite**) o del colon (**enterocolite**), specie nei casi di enterite di natura tossica o allergica. Di solito l'enterite si risolve nel giro di massimo due o tre giorni.

**CONSIGLI TERAPEUTICI :** La terapia si basa sul riposo a letto e sul digiuno per un periodo variabile dalle 24 alle 48 ore. In alcuni casi possono essere utili farmaci atti a ridurre l'attività intestinale.

**NOTE:** Consultare il medico in caso di febbre, di eccessiva disidratazione e di dolore intenso.



**SCIENZA E SALUTE**

## AFTE: Cause, Sintomi e Rimedi delle Dolorose Ulcere che colpiscono la BOCCA.

*Evitate caffè e spezie. No ad alcol e fumo.*

Sono numerosi i fattori che possono scatenare la comparsa delle afte, ulcere della cavità orale che tendono a ripresentarsi. Alcuni semplici accorgimenti permettono però di favorire la guarigione. Ecco tutti i rimedi



### RIMEDI PER CURARE LE AFTE

Vi è mai capitato di avere in bocca delle **piccole ulcere biancastre** o **grigiastre** molto fastidiose?

Queste lesioni, assolutamente non contagiose, si chiamano **afte**.

Si manifestano sulla parte interna delle guance e delle labbra, sul palato e sulle gengive e generalmente guariscono in tempi rapidi. L'inconveniente più grande è il **dolore intenso** che provocano.

Talmente forte da rendere spesso difficile azioni del tutto normali, come bere, mangiare o lavarsi i denti.

Le afte tendono a ripresentarsi periodicamente, con una frequenza che varia da persona a persona.

Non esistono farmaci capaci di prevenirle, ma determinate buone abitudini nella vita di tutti i giorni rappresentano un aiuto prezioso per accelerare la guarigione.

### CAUSE DELLE AFTE

Le **cause delle afte** non sono ancora del tutto chiare. Sono stati tuttavia individuati diversi fattori scatenanti che favorirebbero l'insorgenza delle mini ulcere. Un ruolo essenziale nella comparsa delle afte è giocato da:

- *Disposizione genetica*
- *Allergie alimentari*
- *Carenze nutrizionali*
- *Applicazione errata di protesi dentarie*
- *Reflusso gastroesofageo*
- *Stress*
- *Squilibri ormonali*
- *Herpes labiale*
- *Piccoli traumi locali di varia natura, come morsi accidentali, uso sbagliato dello spazzolino*
- *Vizio del fumo*
- *Agenti microbiologici, tra cui lo streptococco orale*
- *Alterazioni endocrine*



### SINTOMI DELLE AFTE

L'afte inizia a manifestarsi con comparsa di **dolore** e **bruciore** sulla **mucosa** interessata. Nell'arco di ventiquattro ore, appare una piccola area arrossata, che successivamente dà spazio a un'erosione di forma ovale e di colore grigiastro o bianco-giallastro. La maggior parte delle lesioni scompaiono in due settimane, senza lasciare cicatrici. Mediamente, le ulcere non superano un centimetro di grandezza, tranne in alcuni soggetti in cui possono risultare più ampie e profonde. In questi casi, la guarigione può prolungarsi fino a sei settimane. I tempi possono allungarsi anche quando le afte insorgono in regioni del **cavo orale** in cui si verifica un contatto costante con i denti o con gli alimenti, che provoca traumi ripetuti nel corso della giornata.

Le afte possono essere accompagnate da **linfonodi nel collo** e, a volte, senso di malessere e febbre.

## RIMEDI PER LE AFTE IN BOCCA

Non esistono farmaci miracolosi per curare le afte. I trattamenti attualmente disponibili servono ad **alleviare i sintomi** e a favorire la **cicatizzazione delle ulcere**. Tra questi possiamo ricordare:

- *Collutori e gel antisettici a base di **Clorexidina***
- *Collutori contenenti principi attivi antinfiammatori*
- *Cerotti bioaderenti a base di sostanze come l'aloè vera, dall'azione antisettica, lenitiva e antinfiammatoria*
- *Acido ialuronico in gel*

La scelta terapeutica varia a seconda delle caratteristiche dell'afte (dimensione, frequenza delle recidive, numero delle lesioni) e delle necessità specifiche dei pazienti.



## COME CURARE LE AFTE

Accanto al trattamento, alcune accortezze permettono di velocizzare la **guarigione delle afte**. Ecco le più efficaci:

- *In presenza di queste fastidiose ulcere orali può esservi utile assumere probiotici per ripristinare la flora batterica e rafforzare il sistema immunitario*
- *Non fatevi mancare mai una corretta igiene orale*
- *Evitate tutti i cibi che possono provocare irritazione, come caffè, zuppe calde, spezie, pepe, peperoncino, aceto e agrumi*
- *Abolite bevande calde, alcol e fumo*
- *Soprattutto nei cambi di stagione, su prescrizione medica può risultarvi utile assumere integratori a base di vitamina B, la cui carenza può favorire la comparsa delle afte*

Sul piano della **prevenzione** non potete fare molto, ma una **dieta ricca di frutta e verdura** può essere un valido aiuto. Anche il consumo di alimenti ricchi di **vitamina A, B ed E** appare efficace per prevenire il disturbo. Non dimenticateli.

## QUANDO PREOCCUPARSI

Le afte di per sé sono benigne. Possono tuttavia essere associate a **malattie sistemiche** o essere confuse con altre **lesioni del cavo orale**, potenzialmente pericolose. È consigliabile che vi rivolgiate a uno specialista medico nei casi in cui:

- *L'afte è eccezionalmente grande*
- *Le lesioni si ripresentano con frequenza molto ravvicinata*
- *L'afte non si è ancora cicatrizzata dopo tre settimane dalla sua insorgenza*
- *Si evidenziano segnali di infezione nell'area colpita dal disturbo*
- *Si manifestano contemporaneamente sintomi sistemici, come febbre, perdita di appetito o di peso*

## IL TANGO AIUTA NELLA RIABILITAZIONE POST ICTUS

*Sfruttare il senso del ritmo, la musica e la passione per il ballo nella riabilitazione dopo un ictus, o per aiutare la mobilità in chi soffre di Parkinson, Sclerosi multipla e patologie croniche respiratorie.*

E' il Reparto di Riabilitazione Specialistica dell'Ospedale S. Giuseppe (MI) a lanciare la sperimentazione con il tango come terapia riabilitativa per diverse patologie. Il tango infatti può aiutare per rieducarsi allo sforzo, grazie al fatto che bisogna seguire un preciso modello di passi avanti e indietro e cambiamenti di direzione. Si lavora così sull'equilibrio, sulla postura e sul movimento. I pazienti dell'ospedale saranno impegnati, per la prima fase in *due lezioni a settimana della durata di 45 minuti*. Inoltre il ballo, essendo un'attività fisica, mette in relazione il paziente con il proprio corpo e i suoi limiti favorendone così l'accettazione e quindi una migliore convivenza con la malattia. (Sn)



**PREVENZIONE E SALUTE****QUAL È LA CAUSA DELL'HERPES SULLE LABBRA?**

*Un virus «silente» risvegliato da stress, sole e stanchezza*

**La capacità di venire alla luce nei momenti meno opportuni:** *all'inizio delle vacanze, alla vigilia di un incontro importante, quando siamo giù di corda per un'influenza.*

«L'Herpes labiale, la fastidiosa eruzione, conosciuta anche come "febbre delle labbra", è provocata dal virus Herpes simplex, che alberga silente nell'organismo e ha la tendenza a risvegliarsi in occasione di alcune circostanze» spiega il Marcello Monti, responsabile dell'Unità operativa di dermatologia dell'Istituto Clinico Humanitas di Milano.

**Come si viene in contatto con il Virus?**

«Il primo "incontro" con il virus avviene in genere nell'infanzia, quando per esempio si viene sbaciucchiati da qualcuno che ha un Herpes in atto o che sta per venire. L'infezione questa prima volta non sempre si manifesta in modo chiaro, per cui è facile non accorgersi di nulla. A volte, invece, compare una stomatite.

Guarita l'infezione, il virus non viene però eliminato del tutto, ma riesce a insediarsi nei gangli nervosi periferici della zona dove è penetrato inizialmente e lì rimane inattivo, latente, finché non si pongono le condizioni per un suo risveglio.

I **fattori scatenanti** vanno dallo *stress psico-fisico* all'*esposizione eccessiva i raggi ultravioletti* - ragione per la quale è comune con l'arrivo della bella stagione, da un'*alimentazione scorretta* a uno *sforzo eccessivo*. Nelle *persone immunodepresse* gli herpes possono essere più frequenti e gravi.

Tra i soggetti a rischio non c'è solo chi è positivo per il virus dell'AIDS, ma anche chi è in cura con cortisonici o chemioterapici».

**Come si riconosce?:** «L'Herpes labiale si presenta con *tipiche vescichette o bollicine*, in genere sulle labbra o in loro prossimità.

Talvolta le bollicine possono fare la loro comparsa in altre parti del viso e, raramente, colpire gli occhi, dove provocano la cheratite erpetica. Sulla pelle l'eruzione è preceduta da una sensazione di formicolio e bruciore che chi ha già avuto l'Herpes, di solito, riconosce in modo chiaro. Le bollicine tendono a rompersi e a seccarsi nell'arco di pochi giorni, lasciando poi crosticine che, infine, cadono senza lasciare tracce. Questo ciclo dura in media una settimana se non si interviene in alcun modo».

**Si può attaccare l'Herpes ad altre persone?**

«Il lasso di tempo in cui si può trasmettere il virus ad altre persone è brevissimo, perché una volta comparse le bollicine, il virus torna subito

nei gangli nervosi.

Il contagio può avvenire solo attraverso il contatto diretto con il siero contenuto nelle bollicine e solo per i soggetti che non hanno ancora avuto contatto con il virus, come appunto i bambini. *Se si ha un Herpes labiale in atto si sconsiglia però di andare a trovare malati gravi o frequentare nursery».*

**Che cosa si può fare?** «Per accelerare la guarigione si può ricorrere ad *antivirali in crema*, che però funzionano solo se applicati alle prime avvisaglie perché poi il virus si ritira. Per favorire il riassorbimento delle vescicole, far cessare il prurito e favorire la guarigione si può applicare gel astringente a base di **cloruro d'alluminio**.

Per evitare di contagiare altri e di peggiorare la situazione è utile non grattarsi, evitare baci ed effusioni, non condividere stoviglie e asciugamani, non esporsi al sole e non applicare sulle lesioni rimedi "fai da te" non convalidati». (*Salute Corriere*)



**SCIENZA E SALUTE****ECCO LE 10 CATTIVE ABITUDINI SOTTO LA DOCCIA**

*Un team di esperti ha analizzato le abitudini delle persone sotto la doccia e hanno redatto questa lista esclusiva di cattive abitudini*

***Farsi una doccia calda è davvero rilassante soprattutto dopo un allenamento o dopo il lavoro, ma siete sicuri di lavarvi in modo corretto?***

Il modo in cui viene fatta la doccia può essere molto dannoso per la **salute**.

Come spiegato dalla dermatologa Patricia Farris all'Huffington Post, "*invecchiando la pelle diventa più secca e quindi è necessario*



*cambiare alcune abitudini sotto la doccia*". Per ogni fase della vita, bisogna imparare a conoscere il proprio corpo e comportarsi di conseguenza.

Ecco le 10 **cattive abitudini** più diffuse sotto la doccia. La lista è esclusiva.

- 1 - Non strofinare bene i piedi.** Se volete evitare funghi o fastidiosi batteri, dovrete strofinare i piedi mentre siete sotto la doccia.
- 2 - Lasciare la spugna nella doccia.** Appendere semplicemente la spugna e lasciarla asciugare così non è l'ideale perché in quell'ambiente umido e ricco di cellule morte della pelle possono nascere migliaia di batteri. Asciugate prima la spugna e poi mettetela nella doccia.
- 3 - Asciugarsi con troppa veemenza.** Non bisogna né asciugarsi con troppa forza né asciugarsi all'aria. Per evitare screpolature, dovete usare un telo morbido per tamponare il corpo.
- 4 - Lavarsi i capelli tutti i giorni.** Forse avete già sentito che lavarsi i capelli ogni giorno fa male. Per chi ha i capelli lisci e sottili è consigliato lavare i capelli due volte a settimana, mentre chi li ha ricci può farlo solo una volta.
- 5 - Ritardare il trattamento idratante.** Subito dopo la doccia, mettete la crema idratante. Non aspettate troppo tempo, la pelle deve ancora essere umida."
- 6 - Saltare la doccia dopo l'allenamento.** Dopo aver fatto attività fisica, fatevi subito la doccia perché la sudorazione agevola la proliferazione dei batteri.
- 7 - Fare docce troppo lunghe.** Una lunga doccia rimuove l'umidità necessaria alla pelle. Questo può rendere l'epidermide secca e irritata. La doccia non dovrebbe durare più di 5/10 minuti.
- 8 - Mettere il balsamo sulla sommità della testa.** La cosa peggiore che potete fare è quella di mettere il balsamo sulla corona del capo. Questo può causare la formazione di grasso ed un'eccessiva produzione sebacea. Mettetelo solo sulle radici.
- 9 - Evitare il getto finale di acqua fredda.** Fate una bella doccia calda e prima di uscire avviate l'acqua gelida per 30 secondi. Il freddo migliora la tolleranza dello stress, il sistema immunitario e la capacità di bruciare grassi.
- 10 - Avvolgere i capelli nell'asciugamano.** Questa pratica causa stress e danni ai capelli. Piuttosto eliminate delicatamente l'eccesso di umidità con un telo pulito e tamponate, senza strofinare.

*(Salute, Il Giornale)*

# Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

## LA BACHECA



### EVENTI MESE DI GENNAIO

<p><b>Giovedì</b>  <b>24 Gennaio</b>                  Sede Ordine                  h. 21.00</p>	<p><b>Serata Monotematica</b>    <b>18 Crediti FAD</b>  <b>Tiroide : i sintomi a cui prestare attenzione. Farmaci e Cura.</b>  <b>Ruolo del Farmacista</b>  <b>Relatore:</b> Dott. <i>Stefano Spiezia</i> – Ospedale del Mare</p>	
---	---	--

### Progetto “Una Visita per Tutti”

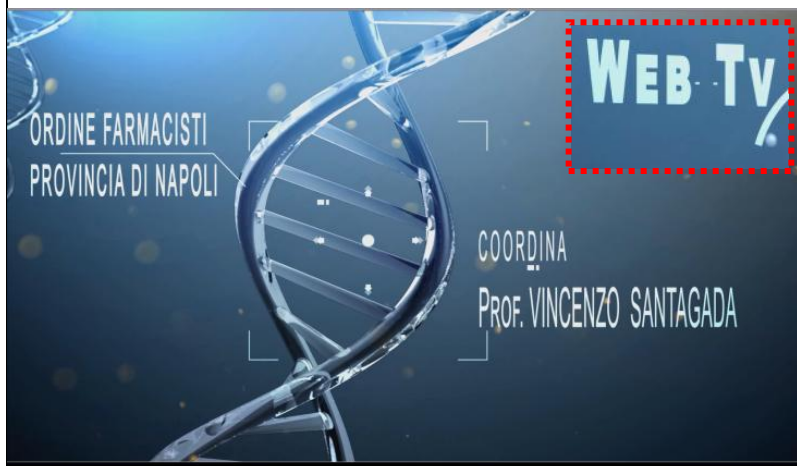
<p><b>Mese di Gennaio dedicato alla prevenzione dell’Insufficienza Venosa</b></p>	
<p><b>Martedì 15 Gennaio</b> - (dalle 10.00 alle 18.00)</p>	<p><b>Frattamaggiore (NA): Via Roma, n. 206</b></p>
<p><b>Giovedì 17 Gennaio</b> - (dalle 10.00 alle 18.00)</p>	<p><b>Somma Vesuviana (NA); Via Posillipo, n. 254</b></p>
<p><b>Sabato 19 Gennaio</b> - (dalle 10.00 alle 18.00)</p>	<p><b>Sant’Antonio Abate (NA);</b></p>
<p><b>Domenica 20 Gennaio</b> - (dalle 10.00 alle 18.00)</p>	<p><b>Sant’Agnello (NA);</b></p>
<p><b>Martedì 22 Gennaio</b> - (dalle 10.00 alle 18.00)</p>	<p><b>Napoli; Via Verdi</b></p>



## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli: parte la Web-TV

*Web TV dell'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli.*

***I video, le rubriche e i servizi della Web TV dell'Ordine, per raccontare attraverso le immagini la Categoria, le iniziative e gli eventi più importanti.***



**Un altro passo importante che qualifica l'intera Categoria e il Nostro impegno.**

**Come seguire la WEB-TV**

: collegarsi sul Portale Istituzionale

[www.ordinefarmacistinapoli.it/](http://www.ordinefarmacistinapoli.it/) sezione NEWS / Web Tv Ordine Farmacisti della provincia di Napoli

Di seguito il link dove poter visionare i primi **7 servizi**:

1. **l'annuncio dell'apertura della Web-TV**
2. Progetto **"Una Visita per Tutti"**
3. **DDL Concorrenza: Cosa Fare?**
4. **Manovre salvavita e defibrillatore**
5. **Vaccinazione antinfluenzale**
6. **Vaccinazioni Obbligatorie e Raccomandate**
7. **Cerimonia caduceo d'oro 2018: interviste**



<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/web-tv-ordine-farmacisti-della-provincia-di-napoli>

