



AVVISO

Ordine

1. Ordine: eventi di Luglio
2. Ordine: Assistenza e sussidio
3. Ordine: autoformazione e crediti ECM
4. Ordine: Web TV

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

5. Quando i peli diventano un po' troppi...
6. Cisti alla mano: operarsi non serve a nulla?



Prevenzione e Salute

7. Lo sai che camminare con l'acqua fino al ginocchio allevia il dolore da artrosi?
8. Vene varicose degli arti inferiori



Proverbio di oggi.....

T'aggia 'mparà e pò t'aggia perdere....

LO SAI CHE CAMMINARE CON L'ACQUA FINO AL GINOCCHIO ALLEVIA IL DOLORE DA ARTROSI?

Camminare in spiaggia fa bene ma camminare nel mare con l'acqua fino al ginocchio fa anche meglio perché allevia il dolore da artrosi che colpisce le articolazioni – spiega la dottoressa Lara Castagnetti, osteopata e specialista in Medicina Fisica e Riabilitativa di Humanitas.



Camminare al mare con l'acqua al ginocchio ma anche nell'acqua più alta aiuta ad alleviare il dolore da artrosi di tutte le articolazioni degli arti inferiori, e cioè caviglie, ginocchio e anca, e non solo del ginocchio perché nell'acqua di mare ma anche della piscina, si riduce il carico del peso corporeo sulle articolazioni.

Camminare nell'acqua di mare immergendosi fino all'ombelico o all'altezza del petto e delle spalle aiuta di più ad alleviare il dolore da artrosi perché il peso corporeo a carico delle articolazioni si riduce da metà fino meno di un quarto (50% ombelico, 33% petto, 20% spalle) mentre camminare immersi fino al polpaccio solleva le articolazioni di solo il 5% del peso con nessun beneficio nel dolore da artrosi.

Camminare in acqua è particolarmente importante nei malati di artrosi che così allenano anche i muscoli oltre a fare attività fisica che spesso invece non riescono a praticare proprio a causa del dolore provocato dall'artrosi. Infine, ma da non sottovalutare, anche l'effetto drenante e il beneficio che camminare nell'acqua di mare ha sul miglioramento della circolazione venosa e della vascolarizzazione. (Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE**VENE VARICOSE DEGLI ARTI INFERIORI**

L'insufficienza venosa cronica degli arti inferiori e le sue manifestazioni (varici e telangiectasie) rappresentano una delle più frequenti patologie nei paesi industrializzati. Ne è affetto infatti tra il 10 e il 40% della popolazione adulta. In Italia ne soffre almeno il 40% delle donne e il 25% degli uomini.

Per **vene varicose** (o varici) si intendono delle tortuosità, delle dilatazioni (*i gavoccioli venosi*) evidenti sul decorso delle principali vene superficiali della gamba. In posizione eretta il ritorno del sangue dagli arti inferiori al cuore (*sangue venoso*) è facilitato dalla presenza di numerose valvole all'interno dei condotti venosi.

La perdita di funzionalità di queste valvole associata ad alterazioni della parete delle vene comporta la comparsa di vene varicose.

Teleangiectasie indica il termine medico per descrivere quelle antiestetiche trame di capillari che spesso compaiono sulle gambe di chi soffre di insufficienza venosa.

**Come si
Riconoscono**

: La sintomatologia classica è data dalla sensazione di **pesantezza delle gambe**, dai **crampi notturni**, dal **formicolio**, dal **bruciore** e dal **gonfiore**.

I disturbi si fanno sentire soprattutto in estate quando le vene, di per sé poco toniche, vengono indotte dalle alte temperature esterne a dilatarsi ulteriormente.

Le varici diventano così più evidenti e "palpabili", a volte dolenti; le gambe si appesantiscono, le caviglie si gonfiano, le scarpe stringono.

Con l'aggravarsi della patologia possono *comparire macchie brune, eczemi, ipodermi* (aree cutanee più o meno estese, arrossate, dolenti e indurite), *tromboflebiti, ulcerazioni e sanguinamenti*.

Diagnosi

: Per la diagnosi viene effettuata una **visita specialistica** di chirurgia vascolare e, se necessario, un **ecocolordoppler venoso** degli arti inferiori. L'ecocolordoppler rappresenta attualmente la metodica diagnostica più efficace per ottenere un quadro obiettivo e inequivocabile delle caratteristiche funzionali delle vene.

Si tratta di un esame non invasivo che consente di analizzare il circolo venoso superficiale, valutare la continenza delle valvole e di individuare le vene "insufficienti".

Permette inoltre di verificare che il circolo venoso profondo non presenti occlusioni: una condizione determinante per decidere se effettuare o meno l'intervento di asportazione del circolo superficiale delle safene.

**Chi si
Ammala?**

: Non si riconosce un fattore causale diretto evidente che spieghi l'eziologia della patologia varicosa; esistono ipotesi patogenetiche e fattori favorenti. Le ipotesi patogenetiche sono rappresentate dall'incontinenza ostiale valvolare (*safeno-femorale o safeno-poplitea*) o delle valvole iliaco-femorali e dalla debolezza primitiva della parete venosa per diminuzione degli elementi elastici.

I fattori che favoriscono la malattia sono:

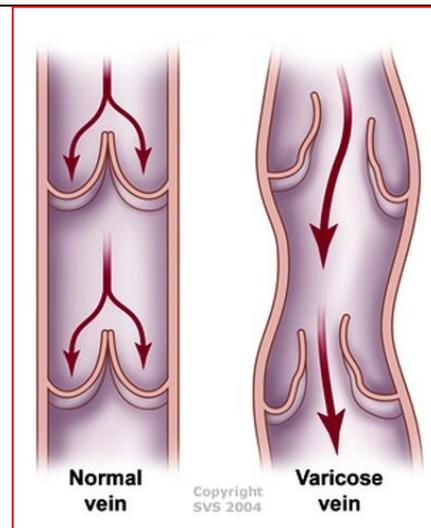
- familiarità,
 - sesso femminile,
 - abitudini di vita (*soprattutto vita sedentaria*),
 - attività lavorativa (*professioni che costringono a stare molto tempo in posizione eretta*),
 - peso corporeo (*obesità*),
 - gravidanza (*per modificazioni ormonali e per la compressione causata dal feto sulle vene iliache*),
- farmaci estro-progestinici, dieta e fumo.*

Come si curano?

Ci sono diverse tipologie di trattamento.

Trattamento medico. Consiste

- nell'uso di **calze a compressione graduata** (scelte con l'aiuto del medico)
- di **bendaggi elastici** che aiutano a compensare parzialmente l'insufficienza venosa, (favorendo il ritorno di sangue verso il cuore)
- nell'uso di **farmaci vasotonici** che tonificano la parete venosa (favorendone la funzionalità e riducendo sintomatologie ed edema).



Trattamento Ambulatoriale

: Le **teleangiectasie** vengono trattate ambulatorialmente con iniezioni sclerosanti o attraverso l'uso del laser. Nel primo caso viene iniettato un liquido che provoca la sclerosi del vaso e la sua successiva chiusura. La terapia con il laser utilizza un mezzo fisico differente (la luce) per ottenere lo stesso effetto di chiusura del capillare. Entrambe le terapie, essendo praticate su vasi molto piccoli e in zone limitate, non creano problemi di irradiazione e non hanno conseguenze particolari.

Trattamento Chirurgico

: L'asportazione completa del vaso si esegue solo per la grande e per la piccola safena varicose e prevede l'intervento chirurgico di safenectomia. La safenectomia rimane l'intervento classico e più usato. Il suo successo dipende sia dall'esperienza maturata in anni di pratica chirurgica, sia dal fatto che la tecnica iniziale è stata costantemente aggiornata con l'introduzione di nuovi materiali e nuovi tipi di anestesia. Il recupero nel postoperatorio è rapido, in genere bastano quattro o cinque giorni di riposo moderato e i risultati a lungo termine, anche dal punto di vista estetico, sono ottimi. L'asportazione di piccole vene varicose che non interessano la piccola o grande safena è chiamata flebectomia e può essere effettuata anche in anestesia locale. L'aver una vena in meno non crea alcun problema alle gambe del paziente perché, quando l'indicazione è corretta, il circolo venoso profondo e, in parte, il circolo cutaneo riescono a drenare efficacemente anche le zone normalmente vascolarizzate delle safene.

Endo Venous Laser Therapy (EVLT).

: È la versione endoscopica della classica terapia laser e viene utilizzata per il trattamento della piccola e della grande safena varicose. Il chirurgo deve pungere la safena all'altezza del ginocchio e introdurre una sonda a fibre ottiche. La sonda viene fatta avanzare sotto guida ecografica e, giunta nel tratto di vaso da trattare, emette il fascio di luce laser che chiude il vaso sanguigno. L'intervento risulta meno invasivo e può essere effettuato in anestesia locale. (*Salute e Benessere*)



IPERPIGMENTAZIONE

SCIENZA E SALUTE

QUANDO I PELI DIVENTANO UN PO' TROPPI...

Irsutismo femminile: cause, sintomi e rimedi per combatterlo

Un disturbo che consiste nella comparsa di peli maschili dove le donne non hanno solitamente peluria, e che spesso viene accompagnato dall'acne

Hai mai sentito parlare di **IRSUTISMO FEMMINILE?**

È l'**eccessiva crescita di peli** in aree del corpo di una donna dove in condizioni di normalità non sono presenti. Viso, torace, areole mammarie, addome, schiena, glutei, cosce e braccia con una **peluria** tipica del sesso maschile, fonte soprattutto di problemi estetici ma in alcuni casi anche di alterazioni metaboliche e comportamentali.

**Le CAUSE**

: Le **cause dell'irsutismo** possono essere o un aumento degli ormoni sessuali maschili a livello dei tessuti, oppure una maggiore sensibilità agli stessi da parte dei tessuti periferici.

L'**eccesso di ormoni sessuali maschili** può avere origine dalle ovaie, dalle ghiandole surrenali, o da entrambi. Le cause possono essere diverse, ad esempio la sindrome dell'ovaio policistico, l'iperplasia surrenalica congenita, o i tumori virilizzanti. Anche l'assunzione di alcuni farmaci può essere la **causa dell'irsutismo**.

I principali **ormoni responsabili dell'irsutismo** sono il testosterone, il dididrotestosterone, l'androstenedione, il deidroepiandrosterone ed il suo solfato.

I SINTOMI

: L'**irsutismo femminile** è caratterizzata da una **presenza eccessiva di peli** in aree del corpo di una donna che generalmente non ne hanno. Spesso è associata a disturbi quali irregolarità del flusso mestruale, perdita di capelli, acne, sovrappeso od obesità. In casi più rari potrebbero esserci anche segni di virilizzazione quali ingrandimento della clitoride, abbassamento del tono della voce, e perdita della silhouette femminile.

LA DIAGNOSI

: L'**irsutismo femminile** viene diagnosticato con un esame obiettivo attraverso il **punteggio di Ferriman-Gallwey** dove 0 segnala l'assenza di peli e 4 la presenza di peli virili. Il dato importante da valutare è l'**epoca della comparsa dell'irsutismo**, e se è accompagnata da acne ed irregolarità mestruali. E' possibile effettuare anche **esami ormonali in laboratorio** e un'ecografia pelvica transvaginale.

LE TERAPIE

: In presenza di chiari **segni di irsutismo femminile** è necessario rivolgersi ad un endocrinologo e/o ad un ginecologo che valuteranno i rimedi in base al caso. La **terapia farmacologica** comprende i contraccettivi orali che inducono l'inibizione della produzione androgenica ovarica, e farmaci che inducono un'inibizione della produzione androgenica surrenalica.

Alla terapia farmacologica viene consigliato un trattamento estetico come la *depilazione al laser o alla luce pulsata*, per eliminare la peluria preesistente.

Se in presenza di sovrappeso e obesità, verrà consigliato un colloquio con uno specialista per la normalizzazione del peso corporeo, che indirizzerà verso una dieta dimagrante e disintossicante.

I RIMEDI NATURALI: Anche la natura può dare un aiuto a chi è affetto da **irsutismo**.

La palma nana, l'agnocasto e il *cohos nero* sono erbe che hanno la proprietà di **diminuire i livelli di ormoni maschili nel corpo**. Si possono assumere sotto forma di compresse, polvere, o tisane, ma anche come estratti di glicerina o tinture.

L'**irsutismo** può essere combattuto anche grazie all'**omeopatia** con la *Silicea 5 CH* da assumere tre volte al giorno per un paio di mesi. (*Salute, pour Femme*)

PREVENZIONE E SALUTE**CISTI ALLA MANO: OPERARSI NON SERVE A NULLA?**

Non è affatto raro che una cisti tendinea asportata ricompaia con una recidiva. Le terapie per trattare il problema

Ho una cisti al polso della sinistra che mi tormenta da un anno: è all'interno, sembra poggiare sui tendini. A qualche mese dalla comparsa, la cisti si era quasi riassorbita e non me ne sono curato più di tanto. Ora però è riapparsa (a giugno) e mi fa male, soprattutto di notte. Mi è sempre più difficile tenere l'orologio sul polso. Un amico medico, ora in pensione, mi ha detto che queste cisti ai tendini della mano sono note come «tomba della chirurgia», perché l'intervento spesso è inutile: la cisti si ripresenta a distanza di mesi o anni.

**COME SI CURA, ALLORA? E A QUALE SPECIALISTA BISOGNA RIVOLGERSI?**

Risponde D. Smarrelli, dir. Unità Chir. della mano, Osp. Humanitas Gavazzeni, BG

Purtroppo è vero: *non è affatto raro che una cisti tendinea asportata ricompaia poi con una recidiva.* Ma ci sono diverse altre soluzioni prima di un intervento, che comunque va eseguito da un chirurgo esperto perché l'asportazione deve essere accurata e il più radicale possibile, ma allo stesso tempo non deve lesionare le delicate strutture anatomiche vicine alla cisti (arterie, tendini, strutture vascolari e nervose). Procediamo con ordine.

Innanzitutto, **per avere una diagnosi certa** (e appurare che si tratti di una cisti) **deve fare un'ecografia**, esame di solito sufficiente a fugare ogni dubbio, per poi rivolgersi preferibilmente a un chirurgo della mano, che durante la visita saprà valutare la sua situazione e proporle la terapia più indicata nel suo caso. È piuttosto normale quello che le è capitato: le cisti non di rado "vanno e vengono", sul polso o in altre sedi del corpo, talvolta cambiando dimensioni e sintomi (a volte non creano disturbo).

La loro origine resta tuttora incerta, ma siamo invece sicuri del fatto che vadano trattate solo se provocano dolore o difficoltà funzionali oppure un disagio estetico.

VENIAMO ORA ALLE POSSIBILI CURE

A seconda della sintomatologia, ovvero valutando il dolore (che può essere presente anche a riposo, o soprattutto quando si muove il polso e le dita, e può dare anche una sensazione di fastidio al polso e alle dita che limita la completa funzionalità del polso e della mano) e il deficit funzionale o estetico che causano, **le cisti possono essere soltanto monitorate**, associando eventuali trattamenti palliativi come l'uso di un tutore a scopo antalgico.

Oppure possono venire trattate in modo conservativo (*ovvero con un tentativo di aspirazione e infiltrazione, che purtroppo di solito dà scarsi risultati*);

o ancora possono essere asportate chirurgicamente.

Spesso le cisti con un decorso altalenante e scarsi disturbi possono essere monitorate, per poi prendere decisioni di cura se aumentano di dimensioni, fanno male e limitano la funzionalità.

In genere, come primo passo terapeutico si prova ad **aspirare la cisti e nel contempo iniettare del cortisone**: una procedura veloce, poco dolorosa, eseguibile in ambulatorio, ma che ha un limite perché non garantisce la soluzione.

Infine c'è l'**asportazione chirurgica**, che va preferibilmente eseguita in *day hospital* e sotto anestesia (locoregionale se le cisti sono al polso, locale o tronculare se alle dita). (*Salute, Corriere*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI LUGLIO

PROGETTO UNA VISITA PER TUTTI

Mese di LUGLIO dedicato alla prevenzione dell'Insufficienza

Sabato 06 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	Portici: Via Leonardo da Vinci, n. 129
Venerdì 12 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	Marano: Via XX Settembre, n. 20
Sabato 13 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	Torre Annunziata: Corso Umberto n. 219
Mercoledì 17 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	San Antimo: Via Giacinto Gigante n. 6



ORDINE: Istituito un Sussidio per i Colleghi Iscritti all'ALBO in Stato di Disoccupazione

Il Consiglio dell'Ordine al fine di offrire un sostegno economico agli iscritti all'Albo che si trovino in stato di disoccupazione involontaria e in difficoltà economica, ha approvato nel uno specifico "Fondo di solidarietà" messo a bilancio nel 2019.

Il Regolamento, consultabile sul sito istituzionale dell'Ordine, prevede per l'anno 2019 l'erogazione di un **sussidio** nella misura massima di **euro 150,00 pro capite** in favore degli iscritti all'Albo che si trovano da almeno 12 mesi inoccupati e che versano in difficoltà economiche.

Nel regolamento pubblicato sul sito sono chiariti i requisiti.

L'istanza potrà essere presentata nel periodo dal **01 giugno al 30 settembre di ogni anno**, corredata da:
 1. **Domanda di accesso al Sussidio, in carta libera** (v. allegato - sito istituzionale)

ORDINE di NAPOLI**AUTOFORMAZIONE ed ECM: come Ottenere i Crediti ECM*****Autoformazione e farmaDAY***

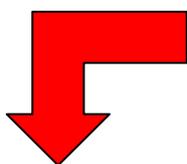
Al fine di incoraggiare le modalità di aggiornamento professionale basate sull'autoapprendimento, si informa che Codesto Ordine ha deciso di **assegnare una percentuale di crediti formativi** per la partecipazione alle seguenti tipologie di attività specifiche della professione di farmacista:



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

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

1. Lettura della pubblicazione della Rivista Ufficiale dell'Ordine “ **farmaDAY**” in *versione digitale*, consentirà di acquisire un massimo di **30 Crediti ECM** all'anno.
2. La partecipazione ad eventi di volontariato svolti presso l'associazione “**Un Farmaco per Tutti**” e “**Una Visita per Tutti**”, consentirà di acquisire **1 Credito ECM** per ogni ora di attività fino ad un massimale di **30 ore di impegno**.
3. La partecipazione ad attività di **Tirocinio Professionale** pre laurea consentirà di acquisire un massimo di **25 Crediti ECM** all'anno.

**COME FARE PER PARTECIPARE**

Per usufruire di questo innovativo servizio gratuito è sufficiente contattare la Nostra segreteria ECM all'indirizzo mail:

infoecm.ordna@gmail.com

che provvederà ad inviarVi la documentazione necessaria e tutte le informazioni relative.

FARMACISTA NUTRIZIONISTA, la Fofi: «NON può Prescrivere Diete»

La Fofi chiarisce che il farmacista nutrizionista non può prescrivere diete.

«Il farmacista può esercitare l'attività di nutrizionista, nel rispetto della legislazione vigente, limitando l'attività in campo nutrizionistico alla sola **consulenza**».

È quanto evidenzia la Federazione degli ordini dei farmacisti italiani (Fofi), in risposta ad un quesito avente come oggetto **«parere su farmacista nutrizionista»**. Nello specifico, la Fofi sottolinea che

- «in linea generale, **il farmacista, anche specializzato, non può prescrivere diete**, ma può esclusivamente fornire *consulenze e dare informazioni riguardanti medicinali, integratori alimentari* e, comunque, altri prodotti venduti in farmacia (parere del Consiglio Superiore di Sanità del 15 dicembre 2009).
- La prescrizione delle diete, infatti, è riservata alla **competenza del medico, del biologo e del dietista**».



«A tal proposito – evidenzia la Federazione -, la Suprema Corte di Cassazione, in una recente sentenza, ha affermato che *“integra il reato di esercizio abusivo di una professione, l'attività di colui che fornisce indicazioni alimentari personalizzate, sulla base della valutazione delle caratteristiche fisiche di ogni cliente, caratterizzate da puntuali prescrizioni e previsioni, senza però appartenere alle categorie professionali che hanno specifiche competenze in tema di bisogni alimentari”*

(Cass. pen. Sez. VI Sent., 30/03/2017, n. 20281)».

Nell'ottobre del 2018 l'Associazione farmacisti esperti in nutrizione (Afen), era intervenuta fornendo invece un'interpretazione diversa della norma, alla luce del quadro normativo vigente.

L'associazione, **sostenendo che il farmacista può elaborare diete**, aveva chiarito che

«in Italia non esiste la professione del nutrizionista, né è stata inserita come nuova figura sanitaria nella “legge Lorenzin”, ma sono riconosciute competenze nel settore nutrizionale a medici, farmacisti, biologi e dietisti, come confermato dalla sentenza n.20281/17 del 28.04.2017, che ha affermato un importante principio:

“... l'individuazione dei bisogni alimentari dell'uomo attraverso schemi fissati per il singolo con rigide previsioni e prescrizioni, se non è esclusiva del medico biologo, può competere in via concorrente ad altre categorie professionali per le quali è comunque prescritta l'acquisizione di una specifica abilitazione, quali medici, farmacisti, dietisti, fatta salve le competenze stabilite nelle normative di settore, ma mai, per le ricadute in termini di salute pubblica, essere esercitate da persone che siano prive di competenza in tema sanitario..”».

(Farmacia Virtuale.it)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli: 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.



Come seguire la WEB-TV

: collegarsi sul Portale Istituzionale

www.ordinefarmacistinapoli.it/ sezione NEWS / Web Tv Ordine Farmacisti della provincia di Napoli

Di lato il panel di alcuni servizi effettuati:

Di seguito il link del sito dove poter visionare gli eventi.



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

WEB TV - Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli			
	Le Ispezioni in Farmacia		ENPAF: La Previdenza
	ENPAF: L'Assistenza		Caduceo d'Oro 2018: On. Mara Carfagna
	Camper della Salute: Una Visita per Tutti		La Fatturazione Elettronica
	Vaccinazioni Obbligatorie		La Vaccinazione antinfluenzale 2018-2019
	Manovre Salvavita Prof. Santomauro		DDL concorrenza: cosa fare
	Camper della Salute: Una Visita per Tutti		Nasce la WEB TV dell'Ordine