



farmaDAY



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

Anno XI – Numero 2245

Giovedì 21 Aprile 2022 – S. Silvio, Anselmo

AVVISO

Ordine

1. Destinazione del 5 X 1000 alla FONDAZIONE Ordine dei Farmacisti di NAPOLI
2. Quota iscrizione 2022
3. Un Farmaco per Tutti per l'Ucraina

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. MONONUCLEOSI e Sclerosi Multipla: c'è relazione
5. POLIURIA: quel bisogno Frequente di andare in Bagno



Prevenzione e Salute

6. Siate gentili: fa davvero bene alla salute (la vostra e quella degli altri)
7. SMETTERE di FUMARE dopo un INFARTO fa bene come un Farmaco (anzi tre)



Proverbio di oggi.....
'A cuntentezza vene da 'o core.

Un Farmaco per Tutti per l'Ucraina

Condivido con Voi la gioia per l'impegno profuso insieme e che ha portato un po' di sollievo alle popolazioni in guerra, con la speranza di poter continuare a guardare al futuro con dignità e libertà

Di lato la **Lettera** di **Ringraziamento** ricevuta da parte del **Ministero della Salute dell'Ucraina.**



МОЗ УКРАЇНИ  MINISTRY OF HEALTH OF UKRAINE

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. Я. ГОРБАЧЕВСЬКОГО МІНІСТЕРСТВА ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ

IVAN HORBACHEVSKY TERNOPIL NATIONAL MEDICAL UNIVERSITY OF THE MINISTRY OF HEALTH OF UKRAINE

Майдан Волі, 1
м. Тернопіль, Україна 46001
Тел.: +38 (0352) 52-44-92, 52-50-10,
e-mail: university@tdmu.edu.ua; www.tdmu.edu.ua

Maydan Voli, 1
Ternopil, Ukraine 46001
Tel: +38 (0352) 52-44-92, 52-50-10

20.04.2022 № 01/10410 На № _____ від _____

Prof. Vincenzo Santagada
Presidente
Ordine Dei Farmacisti
Di Napoli
Via Toledo n. 156
80132

On behalf of Ivan Horbachevsky Ternopil National Medical University, I would like to express our sincere deep gratitude for your kind help and support. Russian war in Ukraine lasts 56 days already and every day Ukrainian soldiers and civilians are seriously injured and need medical aid. Thousands of russian troops backed by artillery and rocket barrages started the Battle of the Donbas. The biggest attack on a European state since 1945 reduced cities to rubble and has led millions of people to fleeing the war.

We really appreciate your contribution of so precious medical supplies. We assure you, that every pill and every ampule of your help will be used effectively and be transferred to Ukrainian hospitals to reduce the suffering of our people.

Prof. Mykhaylo Korda
Rector

015705

You can find the information about TNMU volunteer activities at the link <https://vc.tdmu.edu.ua/>



Dove la **storia** diventa **futuro**

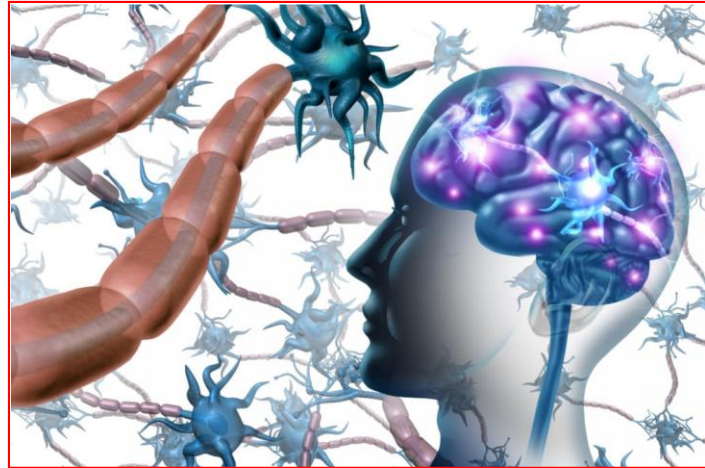
AL TUO FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

SCIENZA E SALUTE

MONONUCLEOSI e Sclerosi Multipla: c'è relazione

Uno studio conferma un sospetto che gli esperti nutrivano da tempo: chi contrae il virus di Epstein-Barr, che causa la mononucleosi, corre maggiori rischi di ammalarsi di sclerosi multipla.

Si sospettava da tempo che ci fosse un legame tra [il virus di Epstein-Barr](#) (EBV), che causa la mononucleosi, e la sclerosi multipla: uno studio pubblicato su **Science** sembra confermare questa connessione, e sostiene che contrarre il virus aumenterebbe le probabilità di contrarre la sclerosi multipla di ben 30 volte (normalmente il rischio per la popolazione generale è pari a 1 su 750-1000 persone).



INFETTATI. Un team di ricercatori dell'Università di Harvard ha analizzato i campioni di sangue di dieci milioni di militari statunitensi, scoprendo che a 955 era stata diagnosticata la sclerosi multipla circa cinque anni dopo essere stati contagiati dal virus di Epstein-Barr: **«Chi non era stato infettato, non si è ammalato».**

Il team ha cercato possibili connessioni anche con altri virus, ma solo quello di Epstein-Barr era chiaramente correlato con la malattia degenerativa.

«È abbastanza comune che un virus che contagia molte persone causi complicazioni solo in poche», spiega Ascario, portando l'esempio della poliomielite, che prima dello [sviluppo del vaccino](#) infettava moltissimi bambini ma causava la paralisi solo di 1 ogni 400.

SCAMBIO D'IDENTITÀ. La sclerosi multipla è caratterizzata da una reazione anomala delle difese immunitarie, che attaccano alcuni componenti del sistema nervoso centrale scambiandoli per agenti estranei. Secondo uno studio condotto da Bill Robinson, immunologo all'Università di Stanford, questo "scambio d'identità" avverrebbe nel tentativo di combattere proprio il virus di Epstein-Barr:

- *gli anticorpi, pensando di difendere l'organismo dall'EBV, attaccano invece la mielina, lo strato di grasso e proteine che ricopre i neuroni e permette loro di ricevere segnali elettrici.*

POSSIBILI SOLUZIONI. Diverse case farmaceutiche sono al lavoro per sviluppare [un vaccino contro la sclerosi multipla](#), ma ci vorranno decenni di lavoro prima di averne a disposizione uno efficace: a breve termine gli studiosi sperano di riuscire a sviluppare un "vaccino terapeutico" che non impedisca il contagio, ma aiuti il sistema immunitario a combattere il virus una volta contratto.

Un'altra opzione sul breve periodo sono le terapie che colpiscono i [linfociti B](#) infettati dall'EBV e i farmaci che prendono di mira direttamente il virus.

Per essere certi che l'EBV sia *davvero* la causa della sclerosi multipla bisognerà condurre uno studio che impedisca alle persone di contrarre il virus, e vedere se diminuiscono i casi di sclerosi:

- *se così sarà, saremo di fronte alla prova definitiva che una semplice mononucleosi può, in alcuni casi rari, portare allo sviluppo della sclerosi multipla.*

(Salute, Focus)

PREVENZIONE E SALUTE

Siate GENTILI: fa davvero BENE alla SALUTE (la vostra e quella degli altri)

Adesso lo dice anche la Scienza. Uno studio su oltre 60mila persone dimostra che gesti di disponibilità e attenzione nei confronti degli altri hanno ricadute significative anche sulla salute di chi li compie

Essere ostili e rancorosi fa male alla salute propria, prima che a quella degli altri.

Al contrario essere gentili fa bene alla salute di tutti.

Non è un generico invito di buon senso, ma il risultato di un'ampia indagine sul campo. La ricerca ha coinvolto oltre sessantamila persone. Attraverso questa ricerca si è scoperto, ad es., che **i gesti di gentilezza sono molto più frequenti di quanto in genere si sia portati a credere.**



L'esperienza del Covid

È possibile che i risultati del test siano stati in parte influenzati dal fatto che **è stato condotto durante la pandemia**, il che potrebbe aver facilitato l'emergere di inusuali comportamenti di reciproco aiuto.

In ogni caso, **circa tre quarti degli intervistati ha dichiarato di ricevere costantemente gesti gentili da parte di familiari o amici.**

Quasi la metà delle persone poteva ricordare di averne ricevuti proprio durante il giorno precedente. **Essere gentili è quindi, per fortuna, un comportamento molto diffuso** e, secondo i ricercatori, facile da mettere in atto. Basta essere un po' attenti a quello che gli altri ci chiedono, ai loro bisogni e ai segnali che ci inviano.

Prevedibile il fatto che sia emersa l'esistenza di un diretto rapporto tra il ricevere atti di gentilezza e la propria sensazione di benessere psicofisico. **Meno scontata la verifica del benessere indotto** dal compiere gesti di gentilezza e altruismo o anche soltanto dall'essere in grado di notare e riconoscerli quando sono compiuti da altri, e di valorizzarli.

L'identikit della persona gentile

Sebbene **già in passato fosse stata riscontrata questa correlazione**, questo studio espande molto la base dei soggetti studiati, dando maggiore consistenza ai risultati.

Sono **le persone dotate di maggior livello di estroversione e apertura verso gli altri** a essere più frequentemente artefici di gesti solidali e gentili, e di conseguenza sono anche quelle che maggiormente usufruiscono dell'effetto benefico sulla salute di questo loro modo di essere.

«Ovviamente, qui si parla di medie matematiche, ma **non bisogna assolutamente credere che le persone meno estroverse non possano giovare di comportamenti accorti verso gli altri**» precisano gli autori della ricerca. Essere pronti a parlare con gli sconosciuti è comunque un atteggiamento fondamentale per poter più facilmente dare e ricevere gentilezza.

La classifica dei luoghi della gentilezza: ultimi, gli spazi virtuali

Dallo studio è anche emerso che esiste una sorta di classifica dei luoghi nei quale è più facile che la gentilezza trovi espressione. Nonostante talora sia teatro di dinamiche negative, **la casa è in cima all'elenco**, seguita dai luoghi di cura, dal posto di lavoro, dai giardini e gli spazi verdi pubblici, dai negozi.

In fondo alla classifica, quindi i luoghi nei quali si tende a essere più scorbuto e aggressivi, ci sono lo spazio virtuale dell'online, la strada e i mezzi di trasporto pubblico.

Le donne risultano mediamente più gentili degli uomini, così come lo sono persone che hanno un credo religioso, rispetto a chi non ne ha».

(Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE

SMETTERE di FUMARE dopo un INFARTO fa bene come un Farmaco (anzi tre)

Per i cardiopatici smettere di fumare può far guadagnare anni di vita in salute quanto una terapia farmacologica

Smettere di fumare dopo un infarto porta dei benefici misurabili in anni di vita liberi da eventi cardiovascolari.

E questo guadagno di salute è del tutto paragonabile a quello ottenuto con una terapia preventiva farmacologica.

Questo è quanto ha concluso un team di ricercatori dell'Amsterdam University Medical Centre che ha esaminato i dati di un migliaio di pazienti.

LO STUDIO

L'analisi è stata presentata in occasione del congresso 2022 della **Società europea di cardiologia**.

I ricercatori hanno studiato i dati di 989 pazienti (uomini per i tre quarti) dai 45 anni in su, fumatori, che avevano subito un **infarto** o l'impianto di **stent** o **bypass** da almeno sei mesi, e che stessero ancora fumando.

È poi stato applicato un modello previsionale apposito (**SMART-REACH**) per stimare quanti **anni di vita senza ictus e infarti** si guadagnerebbero smettendo di fumare e quanti, invece, continuando a fumare ma assumendo tre diversi farmaci protettivi (antiaggreganti, statine e antipertensivi).

Ebbene le due misure sembrano portare a un **vantaggio molto simile**, poco meno di **cinque anni in buona salute**.

Nello specifico,

- ❖ **4,81 anni liberi da eventi cardiovascolari se si lasciano perdere le sigarette;**
- ❖ **4,83 anni con il tris di farmaci.**

«Il **beneficio dello stop al fumo** è anche superiore a quanto immaginavamo» ha dichiarato la dottoressa Tinka Van Trier, autrice dell'indagine.

Lo studio ha coinvolto persone che hanno già avuto problemi cardiovascolari e che sono particolarmente esposti al rischio di un nuovo infarto o ictus.

Per loro, ha ribadito la ricercatrice, «**smettere di fumare** è potenzialmente **la più efficace azione di prevenzione** (senza contare gli altri vantaggi, ad esempio in termini di malattie respiratorie, rischio tumorale e longevità)».

(Salute, Fondazione Veronesi)



PREVENZIONE E SALUTE

POLIURIA: quel bisogno Frequente di andare in Bagno

*Capita facilmente se siamo sotto **stress**.*

Il bisogno di urinare si fa più frequente e intenso proprio per colpa dell'emozionalità che accentua tutti gli stimoli. Se però questo sintomo si ripresenta anche in situazione normali, quando siamo tranquilli, allora forse soffriamo di **poliuria** (o pollachiuria).

Questo disturbo, legato al bisogno di **urinare più di 3 o 4 volte all'ora**, può essere un segnale da non sottovalutare.

Vediamo di che cosa si tratta e quali potrebbero essere i motivi legati a questo disturbo insieme al dottor Francesco Greco, responsabile di urologia di Humanitas Gavazzeni.

UNA SETE ECCESSIVA

I medici raccomandano di bere un litro e mezzo d'acqua al giorno. Al massimo due. Questa quantità è necessaria ad idratare le cellule ma anche a far lavorare i **reni**, nonché ad assicurare che il corpo traspiri adeguatamente e che possa termoregolarsi.

Se la **sete** è maggiore, magari perché si è un po' ansiosi o perché si segue una dieta ipocalorica, è bene ricordare che l'idratazione deriva anche dall'alimentazione. In particolare da frutta e verdura.

LA PRESSIONE ALTA E I DIURETICI

Chi ha la **pressione alta** è costretto a prendere i **diuretici** proprio per aiutare ad abbassarla.

Questo serve a diminuire il volume corporeo del sangue e, in questo modo, anche ad abbassare la pressione interna.

Se la produzione di urina è eccessiva è bene consultare un medico. Questo sintomo può dipendere da una disidratazione interna.

PRESENZA DI DIABETE

Il **diabete** è una malattia metabolica che impedisce all'insulina di controllare il livello di zuccheri nel sangue. Quando nel corpo resta troppo **glucosio** l'organismo cerca di eliminarlo producendo più urina e danneggiando allo stesso tempo i nervi della vescica, con la conseguenza di un rischio più alto di infezioni urinarie.

PROBLEMI ALLA PROSTATA

L'**ipertrofia prostatica benigna** colpisce gli uomini non più giovani e consiste nel bisogno frequente di urinare anche se l'urina prodotta è poca.

Può svilupparsi dopo i 45 anni per via dell'ingrossarsi della vescica che preme sull'uretra. In tal caso è consigliabile una visita urologica che possa escludere anche la presenza di patologie più serie, come quelle tumorali.

CISTITI E FIBROMI

Uno dei sintomi più lampanti della **cistite** è proprio il costante bisogno di urinare, anche in assenza di stimolo reale. Infestata dai batteri, la vescica è infiammata e gonfia e gli spasmi al suo interno fanno immaginare di dover correre in bagno anche se in realtà l'urina è presente in quantità veramente minime.

Anche la presenza di un **fibroma**, un tumore benigno che si può sviluppare più facilmente nelle donne in età fertile per via degli estrogeni, può creare una pressione sulla vescica che aumenta il bisogno di urinare.

(Salute, Humanitas)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



Destinazione del **5 X 1000** alla FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

Devolvi il 5 x 1000 nel 730 o CUD alla Nostra Fondazione inserendo il C.F. **09571771212** sotto lo spazio:

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, C.1, Lett. A), del D. Lgs n. 460 del 1997

A Te non costa nulla.

DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



COME DEVOLVERE:

1. Compila il Modulo 730, il CUD o il modello Unico
2. Firma nel riquadro:

Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni NON lucrative di Utilità Sociale, delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.L.GS. N. 460 del 1997

3. Indica il Codice Fiscale: **09571771212**

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

<p>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT A), DEL D.L.GS. N. 460 DEL 1997</p> <p>FIRMA <u>SANTAGADA VINCENZO</u> Codice fiscale del beneficiario (eventuale) <u>09571771212</u></p>	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLE ATTIVITA' DI TUTELA, PROMOZIONE E VALORIZZAZIONE DEI BENI CULTURALI E PAESAGGISTICI (SOGGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 28 LUGLIO 2016)</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA _____</p>	<p>SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	

AVVERTENZE Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinarie della quota del cinque per mille dell'IRPEF, il contribuente deve apporre la propria firma nel riquadro corrispondente. Il contribuente ha inoltre la facoltà di indicare anche il codice fiscale di un soggetto beneficiario. È a scelta dello stesso fatto contribuiscono per una o più delle finalità beneficarie.

Continua la Solidarietà Sanitaria Conflitto Ucraino - Russo: “Non lasceremo soli i Popoli colpiti dalla Guerra”



Farmaci donati attraverso il Progetto **Un Farmaco per Tutti** e attraverso la donazione delle Farmacie

Ieri, **Giovedì 14 Aprile** è partito il **quarto** carico raccolto dall'Ordine dei Farmacisti di Napoli destinato all'Ucraina; nel primo carico donati farmaci, dispositivi e alimenti per bambini per

❖ **oltre 750 mila di euro in aiuti umanitari donati all'Ospedale Clinico di Kiev, Via Bohovutivska 1.**

La raccolta è stata promossa nell'ambito del progetto "Un Farmaco per tutti" condiviso con **Federfarma Napoli**.

"Abbiamo accolto il *prima possibile* l'appello del console generale dell'Ucraina **Maksym Kovalenko** che ho incontrato a Napoli e, in tre giorni, abbiamo raccolto farmaci, dispositivi sanitari e alimenti - ha detto **Vincenzo Santagada**, Presidente dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli e Assessore alla Salute del Comune di Napoli - **Continueremo così ogni settimana** e daremo seguito al patto siglato con il consolato per la somministrazione di farmaci gratuiti".



CORSI OBBLIGATORI IN MATERIA DI SICUREZZA SUL LAVORO



La Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli in collaborazione con Federfarma Napoli ha organizzato

Corsi Obbligatori in Materia di Sicurezza sul Lavoro

(Tutti i Corsi si terranno in **modalità FAD** tranne per le esercitazioni pratiche)

Come è noto il D.Lgs. 81/2008, prevede che gli obblighi formativi per i datori di lavoro, i rappresentanti dei lavoratori, gli addetti alla gestione delle emergenze ed al primo soccorso, ed a tutti i lavoratori, debbano essere ripetuti con determinate cadenze.

- Comma 1, Articolo 37, D.Lgs. 81/2008: Il datore di lavoro assicura che ciascun lavoratore riceva una formazione sufficiente ed adeguata in materia di salute e sicurezza sui luoghi di lavoro;
- Sono previste sanzioni per il datore di lavoro che non ottempera al comma 1, Articolo 37, D.Lgs. 81/2008;
- Lettera h, Comma 2, Articolo 20, D.Lgs. 81/2008: I lavoratori devono partecipare ai programmi di formazione e di addestramento organizzati dal datore di lavoro;
- Sono previste sanzioni per il lavoratore che non ottempera alla lettera h, Comma 2, Articolo 20, D.Lgs.81/2008;

Come PARTECIPARE

Per l'iscrizione ai corsi è necessario la preregistrazione al seguente link:

http://www.ordinefarmacistinapoli.it/index.php?option=com_chronoforms5&chronofom=formazione

Per informazioni: Tel: 081.19730755

email: info@aiform.it